سلسلة حسام المازن في تكنولوجيا
تدريس العلوم وتكنولوجيـا المعلومات

مخاطر الإنترنت على الأسرة
التشخيص-العلاج

الأستاذ الدكتور
حسام الدين محمد مازن
أستاذ المناهج وتكنولوجيا تدريس العلوم
كلية التربية/جامعة سوهاج

دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع
دار الجديد للنشر والتوزيع

٣٠١.٢
م. ح

مازن ، حسام .
سلسلة حسام المازن في تكنولوجيا تدريس العلوم وتكنولوجيا المعلومات/ حسام الدين محمد مازن .- ط١.- دسوق: دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، دار الجديد للنشر والتوزيع .
٢٣٢ ص ؛ ١٧.٥ × ٢٤.٥سم .
تدمك : 8 - 725 – 308 – 977 – 978
١. التعليم - تكنولوجيا .
أ - العنوان .

رقم الإيداع : ٢٤٧٦.

الناشر : دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع
دسوق - شارع الشركات- ميدان المحطة – بجوار البنك الأهلي المركز
هاتف- فاكس : ٠٠٢٠٤٧٢٥٥٠٣٤١ محمول : ٠٠٢٠١٢٧٧٥٥٤٧٢٥-٠٠٢٠١٢٨٥٩٣٢٥٥٣
E-mail: elelm_aleman2016@hotmail.com & elelm_aleman@yahoo.com

الناشر : دار الجديد للنشر والتوزيع
تجزءة عزوز عبد الله رقم ٧١ زرالدة الجزائر
هاتف : ٢٤٣٠٨٢٧٨ (٠) ٠٠٢٠١٣
محمول ٦٦١٦٢٣٧٩٧ (٠) ٠٠٢٠١٣ & ٧٧٢١٣٦٣٧٧ (٠) ٠٠٢٠١٣
E-mail: dar_eldjadid@hotmail.com

٢٠٢٠

قائمة فصول الكتاب

قائمة فصول الكتاب ٣

المقدمة ٤

الفصل الأول حماية الأسرة والمعلومات من مخاطر الانترنت ٨

الفصل الثاني مخاطر الإنترنت في الأسرة ٤١

الفصل الثالث الحماية من أخطار الانترنت ٨٢

الفصل الرابع إدمان الإنترنت ١١٣

الفصل الخامس الاسرة والخيانة الإلكترونية ١٣٣

قائمة المراجع ١٦٣

مراجع الكتاب ١٦٤

المقدمة

هناك كثير من الأخطار الكامنة على الإنترنت وهناك أيضا تحذيرات متكررة بالأخطار الوهمية لكن الحقيقة أن الخطر يتربص بمعلومات الأجهزة وبيانات الملفات والملفات وبأولادنا وبطاقات الاعتماد المالي أو حقوق الملكية الفكرية تجسساً وانتهاك خصوصية أو تلصصاً أو اختراقاً لتدمير الأجهزة والملفات والبيانات، وهى أخطار حقيقية يجب أن نعرف مدى الخطورة فيها للمحافظة على سلامة الأولاد وحماية البريد الإلكتروني والتغلب على إدمان الإنترنت وحماية ممتلكاتنا وبطاقات الاعتماد والأجهزة والبيانات والخصوصية.

تقوم المواقع المختلفة في شبكة الإنترنت بجمع معلومات عن المستخدمين للشبكة، ويتم جمع المعلومات عن مستخدمي الشبكة بعدة طرق منها كعكة الإنترنت، وبقة الإنترنت، وبريمجات جافاً وبرامج نصوص جافا سكريبت وغيرها.

بقة الإنترنت: عبارة عن صور صغيرة جداً تبلغ تقريبا ١ بكسل أو رسالة إلكترونية يتم إدخالها ضمن لغة ترميز صفحة الإنترنت وتستقر في الشاشة الخلفية ولا يستطيع المستخدم ملاحظتها.

يمكن متابعة مستخدم الإنترنت عن طريق برامج النصوص مثل جافا سكريبت أو بريمجات جافا الصغيرة التي تنزل إلى الجهاز وتبدأ العمل تلقائياً في خفاء دون علم المستخدم خاصة لدى مواقع الدردشة.

يمكن التحكم في استقبال كعكة الإنترنت وجافا سكريبت وبريمجات جافا في المتصفح لمنعها أو السماح بها أو اختيار مستوى الأمان لها، أما بقة الإنترنت فتزرع مباشرة في الصفحة أو الرسالة الإلكترونية وتبدأ عملها مباشرة حال فتح الصفحة أو الرسالة ولا يمكن التحكم بها.

تقوم المواقع بالحصول على رقم بروتوكول الإنترنت الخاص بالمتصل ثم يتم إصدار رقم خاص لتعريفه ومتابعته داخل المواقع عند الانتقال من صفحة إلى أخرى أو من رقم إلى آخر وبعد ذلك يتم التعرف على الجهاز وسرعة المعالج ونظام التشغيل المستخدم، ونوعية المتصفح المستعمل، وتسجيل المواقع والصفحات التي يتردد عليها المتصل، ورصد توجهاته ورغباته من الخدمات أو

السلع والصفحات المفضلة لديه، وعند تعبئة استمارة أو طلب يتم تخزين وحفظ معلومات المستخدم من اسم وتاريخ ميلاد والعنوان وعنوان بريد وغيرها من البيانات.

وبعدما بدأت تقنية الإنترنت في الانتشار أصبح الكثير من الأشخاص يسارعون من أجل الحصول عليها وذلك لعدة أسباب منها التجاري ومن العلمي ومنها الشخصي ولكن كان من الضروري الاستعداد لدخل هذه التقنية الرائعة للمنازل حيث إنه بواسطة تقنية الشبكات اللاسلكية الحديثة أصبح كل شخص في المنزل يستطيع أن يستخدم الانترنت في أي مكان في المنزل وهنا مكمن الخطورة – برأيي الشخصي لأن الطفل أو المراهق – ذكراً كان أم أنثى – أصبح بإمكانية الانعزال والغوص بالانترنت لساعات طوال بدون انقطاع في غرفته، وبما يترتب على ذلك من مشاكل سوء استخدام الانترنت والتي من أبرزها:

١- الانعزال والانطوائية للمستخدم .
٢- إمكانية الدخل لمواقع محظورة (أخلاقية أو فكرية) مع الحجب المطبق من قبل هيئة الاتصالات وتقنية المعلومات.
٣- إمكانية التغرير بالمستخدم القاصر لعمل شيء مشين ومن أراد الاطلاع على ما يمكن تعرير القاصر به فليطلع على مجلة (النيويورك تايمز) عن الطفل جستن (Justin) بتاريخ ١٩ ديسمبر ٢٠٠٥م .
٤- هدر وقت كبير بدون أية فائدة مما قد يؤثر على المستوى الدراسي للطلاب والطالبات .

لقد سئلت من قبل الكثير من الأصدقاء عما يمكن عملة لتفادى مضار هذه التقنية المفيدة والتي أصبحت ضرورة ملحة في الوقت الراهن وهذا ملخص لمقترحاتي:

١- وضع استخدام الإنترنت في مكان يتيح للراشدين في المنزل الاطلاع على المواقع التي يتم زيارتها من بعد.
٢- تثقيف جميع من في المنزل عن الانترنت وعن المشاكل الممكنة من إساءة استخدامها.
٣- طرح نقاش في الاجتماع العائلي عن المواضيع التي يمكن البحث عنها في الانترنت ومناقشتها في اجتماع لاحق.
٤- هناك بعض البرامج التي يمكن وضعها في أجهزة الحاسب الآلي والتي تمكن الأب أو الأم مع رصد كل موقع يتم الدخول إلية وكل ما يتم كتابته على لوحة المفاتيح.
٥- الاتفاق على وقت محدد في اليوم لاستخدام الانترنت.

ومع كل هذه المحذورات والإجراءات فإنه لابد من التسليم بضرورة استخدام الإنترنت في المنزل ليس فقط للاستخدام الشخصي بل وللتحصيل العلمي وأخيراً أتمنى من الوالدين عدم التفكير في منع دخول الإنترنت للمنزل والتماشي مع ما هو منطقي وعقلاني في التعامل مع هذه التقفية .

مجموعة الدول السبع قيمت فوائد ومخاطر ثورة الإنترنت

✍ **ويتكون المؤلف الحالي من خمسة فصول وهي على الترتيب:-**

- **الفصل الأول:** حماية الأسرة والمعلومات من مخاطر الانترنت
- **الفصل الثاني:** مخاطر الانترنت في الأسرة المصرية
- **الفصل الثالث:** الحماية من أخطار الانترنت
- **الفصل الرابع:** إدمان الانترنت
- **الفصل الخامس:** الخيانة الالكترونية

الخير أردت وعلى الله قصد السبيل ،،،،،

المؤلف

الفصل الأول

حماية الأسرة والمعلومات من مخاطر الانترنت

الإنترنت شبكة شبكات تربط أجهزة الكمبيوتر والشبكات في العالم، والسمة الغالية لاستعمالات الإنترنت هي البريد الإلكتروني وشبكة ويب، ويتصل العديد من مستخدمي الإنترنت ببعضهم ويتبادلون الملفات بواسطة أساليب أقل شيوعاً مثل نقل الملف FTP، وشبكات الخبار (بوزنت)، والاتصال البعيد (تلنت)..

تستعمل ويب بروتوكول نقل النص الفائق HTTP لتسليم محتويات صفحات لغة وصف النص الفائق HTML عن طريق برنامج استعراض (متصفح) EXPLORER يعرف كيفية قراءة وعرض محتويات صفحات مواقع ويب مثل برنامج نتسكيب وبرنامج مايكروسوفت إنترنت إكسبلورر، وهما أشهر برنامجين للاستعراض.

عندما تري عنوان ويب (عنوان الموارد الموحد Uniform Resource Locator يرمز له اختصار URL فإنه يبدأ عادة برموز ://http كإشارة للمستعرض أن عليه استعمال البروتوكول Http لجلب ملف.

الارتباط Link جزء خاص في النص التشعبي يمكنك نقره للانتقال إلي جزء مرتبط بهذه الرابطة في المستند، ويتم عادة تمييز الارتباط عن بقية النص (بلون أو بالتسطير) لكي تعرف أنه قابل للنقر عليه.

إن نصوص ويب التشعبية مكتوبة بأسلوب HTML وبالرغم من أن حروف HTML هي اختصار لغة ترميز النص الفائق (المتشعب) Hyper Text Markup Language أنها في الواقع مجموعة شفرات نصية أكثر مما هي لغة برمجة.

تماماً مثلما يملك البريد الإلكتروني نظام عنونة تملك ويب نظاماً مماثلاً وتشابه عناوين ويب URL بعناوين البريد الإلكتروني مثل:

.hpp://www.excite.com

القسم الأول في هذا العنوان //:http يشير إلي بروتوكول HTTP وتجد بعد الشرطتين اسم الخادم الذي تريد التوصل به بشركة Excite في الواقع تجاري Com.

للوصول إلي صفحة معينة علي هذا الخادم مباشرة لكان علينا إضافة اسم الصفحة بعد الشرطة النهائية، لنفترض أنك تريد الذهاب إلي صفحة البحث المتقدم في موقع ياهو (موقع آلة بحث) لذلك سوف تستعمل العنوان:

http://www.yahoo.com/search.html

بما أن معظم عمليات الوصول إلي الإنترنت تتم عبر مستعرض ويب فستحتاج إلي استعمال عناوين للوصول إلي المعلومات المتوفرة فيها.

البريد الإلكتروني:

يتيح الريد الإلكتروني التفاعل مع الآخرين ويوفر الوقت، وقد تستعمل برامج البريد الإلكتروني الشائعة، أو قد تستخدم برنامج متصفح ويب.

عندما يرغب فرد في إرسال بريد إلكتروني إلي شخص آخر يجب أن يكون هناك اتصال بالإنترنت وحساب في الإنترنت وبرنامج بردي إلكتروني.\عنونة رسائل البريد الإلكتروني نظام مشابهة لعناوين ويب ومجموعات أخبار يوزنت، ويستعمل البريد الإلكتروني نظام تعريف للمستخدم يعرف المكان الذي تأتي منه أوتذهب إليه الرسائل مثلا إذا أرسلت بريداً إلكترونيا إلي العنوان Hisname@Hiscompany.activity.land فإن هذا العنوان يبين لبرنامج البريد أن الرسالة تذهب لشخص يدعي Hisname موصول بشبكة تدعي Hiscompany أما الجزء activity فيستعاض عنه بثلاثة حروف تمثل نشاط الشبكة مثل حروف com التي تبين أن الشبكة هي شبكة تجارية أو gpv |(حكومية) أو org (مؤسسة)أو edu (تعليمية) وغيرها بينما يستعاض عن الجزء land بحرفين يمثلان الدولة مثل eg كرموز لدولة مصر أو ib كرموز لدولة لبنان أو uk كرموز للمملكة المتحدة فيما عدا الولايات المتحدة الأمريكية التي ليس لها حرفان.

برامج الاستعراض أو التصفح:

مستعرض أو متصفح ويب Browser هو برنامج تستعمله للوصول إلي أي معلومات متوافقة مع لغة النص المتشعب HTML الموضوعية في صفحات PAGES مواقع Locations علي شبكة ويب في الانترنت .

✍ العنصران الأساسيان في ويب هما:

١- صفحة البدء **Home Page**

٢- الارتباطات < **Links**

صفحة البدء هي أول شاشة تراها عندما تدخل إلي موقع ويب، ويظهر الارتباط عادة بطريقة متميزة بصرياً وهو يمكن أن يكون نصاً أو رسماً.

تظهر الارتباطات النصية عادة (بلون مميز أو قد تكون مسطرة) وعندما تضع مؤشر الفأرة فوق (ارتباط رسومي أو ارتباط نصي) يتحول سهم مؤشر الفأرة إلي (شكل يد) مما يشير إلي وجود ارتباط وقد تعرض بعض برامج الاستعراض اسم وعنوان مكان الارتباط في أسفل الشاشة.

عندما تنقر الفأرة ارتباط ستذهب إلي صفحة (شاشة) يمثلها الأرتباط وبهذه الطريقة يمكنك التنقل بين الصفحات .

بالإضافة إلي معاينة صفحات ويب يمكنك استعمال مستعرض للوصول إلي مواقع نقل ملفات FTP والاتصال البعدي (تلنت) وجوفر وإرسال بريد إلكتروني وقراءة مجموعات الأخبار (بوزنت).

تستعمل برامج الاستعراض أشرطة أدوات نتحكم في عمليات التنقل، ويمكن تخصيص شريط الأدوات ليبين رموزاً ونصوصاً علي أزراره كما يمكنك تنشيط وتعطيل أجزاء منه.

رموز (أو أزرار) شريط الأدوات تعمل كرموز أوامر البرامج ، بمعني نقر الرمز لتنفيذ الوظيفة (الأمر المطلوب) ومن أكثر الرموز شيوعاً في أشرطة أدوات المستعرض هو رمز البيت Home (صفحة البدء) فشكل الزر متعارف عليه كصورة كوخ صغير، وعندما تنقر هذا الزر تعود إلي صفحة بدء المستعرض أو الموقع.

تتيح القوائم الوصول إلي وظائف أشرطة الأدوات باستعمال لوحة المفاتيح أو بالفأرة أيضا كما أن القوائم توفر ميزات أو خيارات متقدمة غير مستعملة كثيراً كمعلومات إعداد Configuration البرنامج نفسه لتغيير الإعدادات فيه بما يناسب المستخدم.

إذا أردت سماع أغنية شريط تحتاج إلي مسجل Recorder، وإذا رغبت الاستمتاع بتسجيلات فرص مضغوط CD فيجب الحصول علي مشغل أقراص CD وإذا أردت مشاهدة فيلم فيديو فيجب أن تملك برنامج تصفح ويب Web Browser .

معادلة التعامل مع ويب تنقسم إلي جزأين: الأول منهما هو خادم ويب Web Server وهو عبارة عن برنامج خاص يعمل علي الكمبيوتر المتصل مباشرة بالإنترنت ليقوم بإدارة موقع ويب Web Site أما الجزء الثاني فهو المتصفح Browser ، وهو برنامج يعمل علي جهاز الكمبيوتر الذي تعمل عليه في المنزل أو المكتب ويطلب من خادم ويب عرض المستندات عليك لقراءتها.

تتوفر في أنظمة تشغيل ويندوز برنامج التصفح إكسبلورر لإعادة وتثبيته وتشغيله مع ويندوز في بداية تثبيتها ليكون جاهزاً لتصفح ويب بعد تركيب الاتصال بشرط توفر المكونات المادية اللازمة (مودم وخط هاتف) والخدمات (رقم هاتف مزود خدمة).

✍ **في مستعرض الإنترنت نجد:**

١- شريط القوام Menu Bar.
٢- شريط الأدوات Toolbar.
٣- صندوق عنوان الصيغة الموحدة URL لكتابة العنوان Address.
٤- أزرار الدليل Directory Buttons مثل البحث في الشبكة Net Search أو جديد الموضوعات What's New والموضوعات الطريفة What's Cool.
٥- منطقة العمل.
٦- شريط حالة في الأسفل يعرض حالة الاتصال والتأمين وبعض المعلومات التي تختلف حسب البرنامج والصفحة.

للرجوع إلي ملف سابق يستخدم زر الخلف أو الرجوع Back أما زر التقدم للأمام Forward فيستخدم للذهاب إلي موقع تال في سلسلة العناوين.

دفتر العناوين Bookmarks ملف عناوين بصيغتها الموحدة URL وكلما قام مستخدم بفتح برنامج الاستعراض للدخول إلي عنوان وجد قائمة بأسماء عناوين سبق تسجيلها أمامه فإذا كتب عنوان موقع جديد فإن هذا العنوان يتم إضافة تلقائياً المفكرة إذا كان المستخدم يريد ذلك حتي يجد العنوان في المرة القادمة ضمن قائمة العناوين .

يستخدم تاريخ التصفح History لاستعراض مواقع سبق زيارتها.

يمكن عرض هذه المواقع حسب اليوم الحالي أو الاسبوع الأخير أو آخر ثلاثة أسابيع كما يمكن البحث بسهولة خلال هذه المواقع بنقر زر تاريخ History من شريط الأزرار القياسية (أو باختيار قائمة عرض View ثم اختيار أمر Explorer Baf) ثم اختيار تاريخ History أو ضغط مفتاحي **CTRL + H)** ليظهر إطار تاريخ التصفح يسار نافذة البرنامج.

انقر ارتباط الفترة التي تريد البحث فيها لتفريغ ارتباطات المواقع التي نصت زيارتها.

أخطار الإنترنت:

الإنترنت جزء حيوي من كافة الأعمال والاتصالات وبمرور الوقت تصبح أكثر نشاطاً وتقدم خدمات ووظائف أكثر وأفضل.

هناك لصوص ومتطفلون من أشخاص وشركات علي الإنترنت يريدون السرقة والتطفل وانتهاك الخصوصية وسرقة الهوية وأرقام بطاقات الاعتماد المالي وتعريض أمن المستخدمة لخطر ووضع فيروسات بالقرص الصلب وتدمير الملفات وتخريب البرامج.

<u>أخطار نتيجة برمجة الانترنت:-</u>

يتصل معظم الناس بالإنترنت عن طريق مزود خدمة أو عن طريق رقم هاتف أو عن طريق شبكة محلية في العمل، وعد الاتصال يقوم الكمبيوتر بإنشاء وصلة مع مزود الخدمة مستخدما بروتوكول الاتصال بالإنترنت TCP/IP وعندما يتم الاتصال والتسجيل يحصل الكمبيوتر علي رقم عنوان الإنترنت IP ، وهو سلسلة من أربع مجموعات رقمية تفصل بين كل مجموعة منها نقطة.

يحدد هذا العنوان هوية الكمبيوتر لأجهزة الخدمة Servers التي تستضيف المواقع التي يحصل بها الكمبيوتر، وعادة يتم منح رقم عنوان مختلف في كل مرة تتصل فيها بالإنترنت عن طريق مزود الخدمة.

عند إرسال أو تلقي بريد إلكتروني تقوم بتسجيل اسم المستخدم وكلمة السر Password لفتح صندوق البريد.

عند إرسال معلومات عن طريق الإنترنت يقوم بروتوكول النقل TCP بتقسيم المعلومات إلي حزم Packet لكل منها مجموعة معلومات مثل عنوان الإنترنت IP وترتيب الحزم ويرسلها عبر الإنترنت.

نتيجة الحزم إلي أجهزة توجيه Rocter تفحص كل حزمة وتبحث عن عنوان الإنترنت IP الذي نتجه إليه المعلومات وبعد لك تقوم بتوجيه هذه الحزم إلي أقرب مكان لوجهتها المحددة حتي تصل إلي نقتطها المحددة.

عندما تصل هذه الحزم يبدأ الجهاز المتلقي البحث داخل كل حزمة لإعادة تجميع المعلومات في شكلها الأصلي باستخدام بروتوكول النقل TCP.

ليست الموجهات هي الأجهزة الوحيدة التي يمكنها مراقبة وفحص واعتراض حزم المعلومات فهناك متطفلون وقراصنة يمكنهم أيضا الحصول علي معلومات الحزم.

من هذا يتضح أنه ما إن تقوم بزيارة موقع حتي يتمكن خادم الموقع من معرفة موقعك وعنوان الإنترنت الذي تستخدمه ونظام تشغيل الكمبيوتر، ونوعية المتصفح الذي تعمل عليه وغيرها من المعلومات (راجع موقع www.anonymizer.com لمعرفة مدي ما يمكن معرفته).

تقوم مواقع ويب بالحصول علي ما هو أكثر من هه المعلومات إذ تسعي إلي تعقب ما تفعل أثناء الزيارة ونوعية المعلومات والأخبار التي تطالعها وتوقيتات الزيارات والأزمنة التي تقضيها في المواقع وغيرها من المعلومات عن طريق عد وسائل من بينها ملفات كعك تقوم المواقع بوضعها علي القرص الصلب.

يمكـن بالتــالي سـرقة الهويــة، ووضــع معلوماتـك فـي قواعـد بيانات المواقع، وقراءة بريدك الإلكترونـي، وجمع المعلومـات عن اهتماماتك وحياتك وسرقة كلمـات السر، وسرقة معلومـات بطاقـات الائتمان.

تزيد المخاطر عند التسوق من مواقع الإنترنت فبخلاف سرقة بطاقـة الائتمــان مـن قبـل القراصـنة قـد لا يـؤتمن، وقـد يقـوم ببيـع معلومات التسوق إلى غيره، وقد تقع ضحية الاحتيال والنصب، وقد لا تحصل علي ما تريده بالضبط.

عند تشغيل الكمبيوتر فإنه يقوم بعمل مجموعـة إلكترونيـة من بطاقات تعريف الهوية يترك للأخرين قدرة معرفتها منها:

رقم عنوان الإنترنـت IP عنـد الاتصـال بالإنترنـت، رقـم هويـة منتج نظام التشغيل بطاقة الشبكة، رقم هوية المعالج وغيرها.

تتطلـب جميـع أنشـطة الإنترنـت بـرامج ، وهنـاك طـرق عديـدة لكتابـة تطبيقـات الإنترنـت التـي تتطـور، ويـتم إنشـاء صـفحات ويـب بواسطة لغة ترميز النصوص التشعبية HTML التـي تنمو وتتغير بميزات ويمكن أن تحتوي علي برامج داخلية كجافا أو أكتف إكس.

تدعم متصفحات ويب صفحات النص المتشعب HTML والتحديث الذي يتم عليها (مثل DHTML أو XML أو SML) بناء علي قدرة وطبيعة وإمكانات وإصدار المتصفح كما تدعم المتصفحات لغات وتطبيقات أخري وعناصر تحكم Activex وبرامج Java ولغات نصوص مكتوبة خاصة مثل Javascript ونصوص VBScript ونصوص Pert Script تتيح دمج شفرة تحكم داخل شفرة نص متشعب HTML ليقوم بالتفاعل والاستجابة مع الكائنات الأخرى في صفحة ويب.

لا تتوقـف برمجــة صــفحات ويــب عنــد لغــات النصــوص المكتوبـة أو لغـة ترميـز الـنص المتشـعب HTML بـل تسـطيع لغـات برمجـة مثـل صـفحات الخـادم النشـط Active Server Pages إنشـاء صــفحات ويــب قويــة ديناميكيــة تفاعليــة ويقــوم الخــادم بتفســيرها وتحويلها إلي رموز HTML يرسلها للمستضاف.

إن هذه اللغات ووسائل لغات البرمجة الإنترنت بخلاف الأدوات المساعدة لتصميم الصفحات وفرت إمكانيات هائلة لإضافة عناصر ومكونات وقدرات إلي صفحات ويب للتحكم في بعض العناصر التي يتم وضعها في الصفحة وتتصل بالتحكم في العرض علي الشاشة وجمع المعلومات وتسخيرها لاختراق النظم والتجسس مثل الكعك Cookles .

إن ما يفعله المبرمج علي البيانات بعد وصولها للخادم لا تحصي ، وتملك خدم ويب أدوات مضمنة فيها لمعالجة بيانات النماذج وتتيح اختيار الطريقة التي تريد معالجة البيانات القادمة بها.

بالإضافة إلي ما كان موجوداً أصلاً من أعمال سابقة للتخريب مثل الفيروسات واختراق الشبكات والتسلل وغيرها من مشاكل الشبكات والكمبيوتر فإنه بوجود لغة جافا وغيرها من لغات برمجة الإنترنت الحديثة تواجد التفاعل بين المستخدم وبين الخادم في الوقت الحقيقي.

كان من نواتج لغات وأدوات برمجة الإنترنت ظهور بربمجات جافا وكعك الإنترنت وتحكمات Activex وغيرها من الأدوات التي أصبحت تشكل عبئا علي تأمين الإنترنت بجانبيها (تأمين الموقع وتأمين أجهزة المستخدمين عند استعراض الصفحات) بالرغم من فوائدها المحققة.

البرامج ذاتية التحميل:-

تم تطوير وتصميم عدة تقنيات للعمل في بيئة الإنترنت تيسر وتسرع نقل المعلومات عبر الشبكة ثم يتم تحميل هذه التقنيات علي أجهزة المستخدمين لتوفير سهولة وسرعة التصفح وجعل الصفحات أكثر جاذبية وحركة.

ساعد انتشار هذه التقنيات أيضا علي وجود سوء استخدام لها من بعض المبرمجين والمستخدمين مما تسبب في مشاكل أمنية علي شبكة الإنترنت، ومن هذه التقنيات البرامج ذاتية التحميل تحكمات أكتف أكس Activexوبريمجات جافا Java Applets ومنتجات لغات برمجه النصوص البرمجية مثل جافا سكريبت Java Script وغيرها.

مصدر التهديد أن هذه التحكمات إذا نزلت إلي جاز فلا توجد حدود أو قيود تقف عندها فهي تسطيع:

- التحكم في نظام تشغيل الجهاز وحذف أو تعديل الملفات.
- التحكم بالقرص الصلب وإنزال برامج التجسس والفيروسات.
- إرسال معلومات عن نظام التشغيل ومكونات الجهاز.
- نقل ملفات الجهاز مما يسهل جمع المعلومات الشخصية وكلمات السر.
- تعديل مستوي أمن المتصفح وتسهيل مهمة برامج التجسس.
- تعبير سجل النظام Registery مما يوفر وسيلة مباشرة لتعطيل النظام أو تشغيل البرامج الأخرى.
- قامت شركات إنتاج المتصفحات بإضافة خصائص تأمين تسمح بتعطيل أو رفض أو الإعلان عن هذه البرامج قبل قبولها من عدمه في بند التأمين Security.

باستخدام مستوي التخصيص Custom Level أو بإضافات جديدة لكن جهود التغلب علي إمكانيات برامج الصفحات مازالت جارية ومستمرة مما يفرز منتجات جديدة لكسر قيود التأمين.

يقوم الموقع بتخزين الكعكة علي القرص الصلب للزائر دون أن يشعر، وتبدأ الكعكة مهمتها بجمع المعلومات وإرسالها إلي مصدرها أو إلي شركة تحليل المعلومات، وكلما قمت بزيارة الموقع يتم ارسال المعلومات وتجديد النسخة الموجودة لديهم ويقوم المتصفح بالمهمة ما لم يقم المستخدم بتعديل أوضاعه لمنع الكعك .

المعلومات التي توفرها الكعكة لا يستطع قراءتها والاستفادة منها سوي مصدرها لأنها عادة تكون مشفرة إلا في حال تبادل المنافع بين الشركات.

تختلف المعلومات التي يجمعها الكعك من كعكة إلي أخري حسب برمجة الكعكة وتتلخص هذه المعلومات فينوع الجهاز والمعالج، معرف بروتوكول الإنترنت طريقة الاتصال بالإنترنت وسرعة المودم- المواقع التي يقوم بزيارتها- الصفحات المفضلة – مواد الشراء من الشبكة – موضوعات البحث والخدمات – الاهتمامات علي الشبكة – وقت وتوقيت العمل علي الشبكة – الاسم وعنوان البريد والمعلومات التي يقدمها المستخدم أثناء تعبئة الاستمارات – قم بطاقة الائتمان – أي معلومات أخري مفيدة).

يمكن فتح ملف الكعك ببرنامج معالج نصوص فهي مكتوبة بهيئة نص.

أيضاً ليست كل أنواع الكعك مخصصة لجمع معلومات فهناك كعك يساعد علي إتمام مهام مثل الشراء أ سرعة تحميل صفحة عند تكرار الزيارة.

نظراً للطبيعة الحساسة لبيانات الكعك يحاول بائعو المتصفحات كل ما يمكنهم لتحقيق منع ذلك لكن قعت حادث خرق حماية المعلومات لذلك فإن المستخدمين الحذرين يعتمدون إمكانات المتصفح لإلغاء الكعك أو التحذير عند وصوله.

تهديدات وأخطار الإنترنت:

هناك كثير من الأخطار الكامنة علي الانترنت لكن الحقيقة أن الخطر يتربص بمعلومات الأجهزة والملفات وبأولادنا بطاقات الاعتماد المالي وحقوق الملكية الفكرية تجسسا انتهاك خصوصية أو تلصيصا أو اختراقا لتدمير الأجهزة والملفات والبيانات وهي أخطار يجب أن نعرف مدي خطورتها للمحافظة علي سلامة الأولاد وحماية البريد والتغلب علي إدمان الإنترنت وحماية ممتلكاتنا وبطاقات الاعتماد والأجهزة والبيانات والخصوصية.

جمع المعلومات:-

تقوم المواقع المختلفة بجمع معلومات المستخدمين بعدة طرق منها كعكة الإنترنت، وبريمجات جافا وبرامج نصوص جافا سكربيت وغيرها.

بقة الإنترنت: عبارة عن صور صغيرة جداً تبلغ تقريباً ١ بكسل أو رسالة إلكترونية يتم ادخالها ضمن لغة ترميز صفحة الإنترنت وتستقر في الشاشة الخلفية ولا يستطيع المستخدم ملاحظتها.

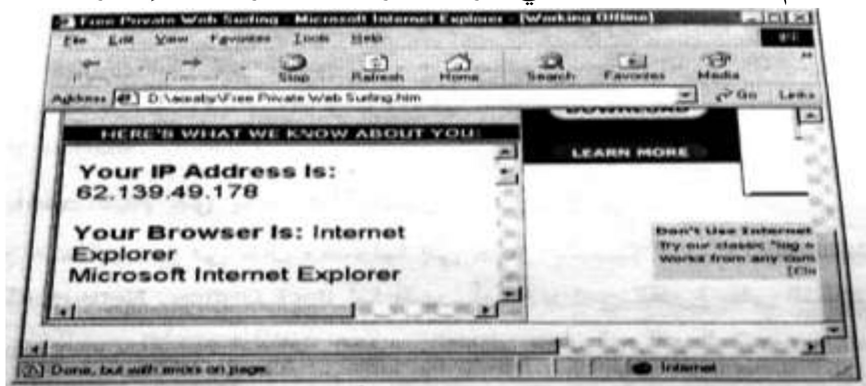
يمكن التحكم في استقبال كعكة الإنترنت وجافا سكريبت وبريمجات جافا في المتصفح لمنعها أو السماح بها اختيار مستوي الأمان لها أما بقة الإنترنت فتزرع مباشرة في الصفحة أو الرسالة الإلكترونية وتبدأ عملها مباشرة حال فتح الصفحة أو الرسالة ولا يمكن التحكم بها.

تقوم المواقع بالحصول علي رقم بروتوكول الإنترنت الخاص بالمتصل ثم يتم اصدار رقم خاص لتعريفه ومتابعة داخل المواقع عند الانتقال من صفحة إلي أخري أو من موقع إلي آخر وبعد ذلك يتم التعرف علي الجهاز وسرعة المعالج ونظام التشغيل المستخدم ، ونوعية المتصفح المستعمل، وتسجيل المواقع والصفحات التي يتردد عليها المتصل، ورصد توجهاته ورغباته من الخدمات أو السلع والصفحات المفضلة لدية وعند تعبئة استمارة أو طلب يتم تخزين وحفظ معلومات المستخدم من اسم وتاريخ ميلاد والعنوان وعنوان بريد وغيرها من البيانات.

تستفيد المواقع من جمع المعلومات بتحليلها وتصنيفها وعمل إحصاءات مفيدة في إدارة وتخطيط السياسات والإعلانات كما تبيع أو تبادل هذه المعلومات مع غيرها من المواقع التي تعمل في أنشطة البيع والتسويق والترويج والإعلان بحيث يتم إرسال إعلانات وتسويق خدمات للمهتمين بها.

كما يتم رصد السلع والخدمات التي قمت بشرائها مؤخراً بحيث يتم توجيه السلع أو الخدمات المتعلقة بما اشتريت فمثلاً لو قمت بشراء جهاز كمبيوتر من الإنترنت فهذا يعني أن عليهم توجيه الإعلانات الخاصة بملحقات الكمبيوتر كالطابعات والأحبار لعميل جديد.

كانت المواقع تجمع المعلومات اعتماداً علي عنوان بروتكول الإنترنت IP ثم أصبحت تقوم بتحديد رقم الهاتف وتسجيل كل ما تقوم بكتابته أو تستقبله في غرف الدردشة أو الرسائل الإلكترونية.



تحاول شركات المتصفحات سد الثغرات الأمنية، وإحكام طرق التجسس وزيادة تحكم المستخدم، وتتوفر شركات خدمة التصفح الحر بحيث تدخل إلى الشبكة تحت مظلتهم وتستطيع استخدام عنوان بروتوكول الإنترنت الخاص بهم ولا يظهر عنوان المستخدم ، كما يتم تخزين كل البرامج والكعك في أجهزة هذه الشركات وشبكات الكمبيوتر والتجسس، وحتي وقت قريب كان تصنيف هذه البرامج ينقسم إلي الفيروسات وديدان الإنترنت، وأحصنة طروادة، **ولكن مع تطور البرامج تم تحديث طريقة تصنيف البرامج إلي:**

- برامج سريعة التكاثر والانتشار:-

منها الفيروسات وديدان الإنترنت القادرة علي التكاثر والانتشار، والفرق بين الفيروسات والديدان أن الفيروس بحاجة لبرنامج يحتضنه ليتكاثر وينتشر عن طريقه، أما الديدان فليست بحاجة إلي برامج لاحتضانها.

- برامج التجسس وارسال المعلومات:-

تقوم بجمع معلومات يريدها اللصوص وتقوم بأرسال المعلومات إلى مصدر البرنامج حتي لو كانت هناك جدران النار التي تسمح بخروج وتصدير المعلومات من الجهاز أو الشبكة المحلية بواسطة بروتوكول HTTP أو بروتوكول FTP وأهر أمثلة هذه الأنواع Caligula,Marker and Groove.

- برامج التحكم عن بعد والهجوم:-

تسمح هذه البرامج في حال وصولها إلي جهاز بالتحكم الكامل بالجهاز ومن أشهر الأمثلة Back Orifice, Net Bus أما أشهر أمثلة برامج القدرة علي التحكم عن بعد التي تسطيع تسخير لأجهزة لتنفيذ هجوم وتعطيل عمل المواقع المشهورة فهو برنامج Trinoo,Tribefloodnetwork

- أحصنة طروادة:

من أخطر أنواع أحصنه طروادة إذ تستفيد من مميزات كل أنواع البرامج السابقة عن طريق الدمج بين خصائص تكاثر الفيروسات وعدم الحاجة لبرنامج محتضن كالديدان ولديها قدرة

التعامل مع الملفات الصادرة أو الواردة من نوع FTP ونوع HTTP مثل برامج التجسس وخداع جدرا الدار، وتجمع معلومات كلمات السر وأٍماء المستخدمين وأرقام بطاقات الائتمان كما يمكنها تدمير ملفات وتعديل مهامها.

مصادر التهديد:-

تختلف مصادر التهديد تبعا للقائمين بها وطرقهم المختلفة في الوصول إلي تنفيذ هذه التهديدات ومنها:

- التطفل والتجسس علي البريد:

يتمكن القائمون بالتجسس والتلصص من تنفيذ ذلك بعدة طرق منها: (برامج التجسس الكثيرة، واستخدام برامج متخصصة للوصول إلي كلمات السر وكل من يتمكن من الوصول إلي الجهاز في المكتب أو المنزل من الزملاء أو المعارف عن طريق استخدام خصائص المتصفح مثل: (خاصية الرجوع للخلف Back وخاصية تذكر اسم المستخدم UserNmae وكلة السر Password وخاصية الإكمال التلقائي في الأسماء والنماذج خاصية تاريخ الصفحات History وخاصية الملفات المؤقتة Temporary Internet Files وخاصية المواقع المفضلة).

- المزعجون والمحولون:

وهي عادة شركات ومواقع تحصل علي عنوان البريد الإلكتروني نتبادلها أو تبيع العناوين، كما يقوم بعض الأفراد بجمع العناوين لإزعاج الآخرين أو لبيعها أو للنصب أو لإرسال فيروسات أو برامج تجسس.

وأيضاً تسلل المتطفلين إلي قواعد البيانات الحكومية والمالية والخاصة وسرقة بطاقات الائتمان بعد رصدها أو اختراق أجهزة المستخدمين أو التسلل لشبكات البنوك والشركات أو تدمير أو تعطيل المواقع.

يمكن إجمال مصادر التهديد الأمني لمستخدمي الإنترنت في:

الفيروسات، وأحصنة طروادة ، وديدان الإنترنت، والاختراق، وبرامج جافا سكربيتوبريمجات جافا ومكونات اكتف إكس ، وجواسيس البريد، ورصد لوحة المفاتيح ومصادر تهديد الخصوصية مثل/ كعكة الإنترنت وتعاملات البريد الإلكتروني مثل المحولين والمزعجين والتطفلين وغيرهم.

تقوم ديدان الإنترنت بمسح أو تدمير معلومات من البرامج التطبيقية كبرامج المحاسبة وقواعد المعلومات كما أن بمقدورها التكاثر حتي تملأ الذاكرة وتعطل الجهاز.

في الاختراق Hacking يقوم شخص أو أكثر بمحاولة الوصول إلي اكثر بمحاولة الوصول إلي جهاز مستخدمي آخر أو شبكة خاصة عن طريق شبكة الانترنت باستخدام برامج متخصصة في فك الرموز والكلمات السرية وكسر الحواجز الأمنية واستكشاف مواطن الضعف في الجهاز أو الشبكة وهذه هي أسهل طرق الوصول إلي الملفات والبرامج، وقد أصبحت مهمة المخترقين صعبة في اختراق المؤسسات والمواقع الكبيرة بعد تطور نظم الدفاع وبرامج الحماية.

جواسيس البريد الإلكتروني: هم عادة مخترقين سابقين للجهاز أو ممن يشاركون في استخدامه خاصة في مقاهي الإنترنت دون خروج صحيح من برنامج البريد أو برنامج التصفح.

رصد لوحة المفاتيح: من أخطر مصادر تهديد الأمن بقدرة رصد ضغط لوحة المفاتيح خاصة اسم المستخدم وكلمات السر، هذه البرامج غير منتشرة عبر الشبكة لأنها تتطلب الوصول إلي الجهاز فعليا، ويكثر استخدامها في مقاهي الإنترنت والأجهزة العامة.

إن اقتناء برنامج حماية متخصص يصعب من مهمة اللصوص والمتطفلين خاصة عند العمل علي جهاز شخصي متصل بالإنترنت عن طريق مودم أما في حالة الاتصال بالإنترنت عبر طريقة أسرع كالخطوط الرقمية فيجب استخدام برنامج متخصص للحماية بسبب استخدام رقم عنوان بروتوكول الإنترنت IP ثابت مخصص مما يسهل عملية التتبع، وفي حالة الاتصال عن طريق المودم مع مزود خدمة فان مزود الخدمة لا يخصص رقم عنوان الإنترنت محدد لكن تحصل علي رقم مختلف في كل مرة اتصال بالشبكة ، أما في الشبكة فإن جهازك يعتبر جزءاً من الشبكة المتصلة بالإنترنت وتحتاج إلي برنامج حماية متخصص (جدار نار) لأن المنافذ المخصصة لمشاركة الملفات تكون مفتوحة وجاهزة لأي مخترق.

ربمـا كانــت الإباحيــة والجـنس والعنــف والأفكــار المتطرفــة والعقائــد الفاســدة ودس الأفكــار والتقليــد الأعمــى، وإفقــاد الهويــة والانتمــاء، والنصــب وتــدليس الحقــائق ونشــر الأكاذيــب وتزويــر النصـوص الدينيـة جزءا قليلا من أخطـر الأمـور التـي ينعـرض لهـا أولادنا من أخطـار خاصـة أن هنـاك أممـا مسـتهدفة بـذاتها وأن هنـاك جهات توجه سهامها لهم.

الإهمـال فـي الخطـر أخطـر مـن الخطـر ذاتـه، وبـرغم أن كافـة وسـائل الإعـلام مليئـة بهـذه الأخطـار فـإن الإنترنـت أكثـر خطـرا، وتوجد كافة أشكال وأنواع الأخطار علي كافة خدمات فإن الإنترنت لكن أكثرها موجودة في عدد من المجموعات الإخبارية وموقع ويب والقوائم البريدية.

الإنترنت هي مجرد شيء من الأشياءالتي يجب الانتباه إليها ولن تقف مسئوليتك عن أولادك عند مجرد النصيحة.

بالرغم من وجود الكثيـر مـن المـواد ذات الخطـر علـي تشكيل وجدان ومشـاعر وعقائد الصـغار والكبـار فـإن مـا يخفـف العبء أن معظم هذه المواد في صفحات ومواقع خاصـة يجب الاشتراك فيهـا ودفع قيمة مادية ما.

إذا أردت حمايـة أولادك فيجـب أن تقضـي معهـم وقتـا أطـول علي الكمبيوتر حتى لو لم تكن تعرف استخدامه، أما إذا كنت تعـرف اسـتخدامه فقـم بتتبـع تـاريخ History المواقـع التـى زاروهـا أو قـم بتكليـف أحد بذلك، كمـا يمكنـك معاينـة الملفـات View Files التـى استعرضوها من مخبأ القرص.

لمعرفة التـاريخ History افتح المستعرض ثم انقر زر التـاريخ History تظهـر علـي الجانـب الأيمـن للمسـتعرض لائحـة بتـاريخ المواقـع يمكـن مـن اسـمها اكتشـاف موضـوعاتها أو انقـر كـل منهـا لمتابعة التي تم الدخول إليها.

لمعاينة الملفات View Files التي استعرضـها من مخبأ القرص، انقر رمز مستعرض الإنترنت بالزر الأيمن للفأرة، واختر أمر خصائصProperties من القائمة التي تظهر ليظهر مربع حوارى

يحتوى علي عدة تبويبات اختر منها التبويب العام Genral وفيه تجد في المنتصف اختيارات ملفات الإنترنت المؤقتة
TemporaryIntrnet Files فاختر منها الإعدادات Settings وانقر عليها.

يظهر مربع حوار يحتوى علي زر به كلمة معاينة الملفات View Files.

انقره لتظهر الملفات ومنها نعرف ما شاهدوه.

هناك أيضاً برامج تساعد في منع الوصول إلي مواقع غير مرغوبة أو موضوعات غير مرغوبة مثل برنامج Blocker أو برنامج Net Nanny وتجد برنامج Net Nanny في عنوان **http;//www. Net nanny. Com**.

باستخدام ذلك النوع من البرامج يمكنك حجب ما شئت من المواد وليست المواد الخليعة فقط.

للعثور علي برامج من هذا القبيل ابحث عن كلمة "blocking" بواسطة بحث ياهو Yahoo أو أى من المواقع البحث والتفتيش الأخرى علي ويب وستجد الكثير من البرامج مثل:

Bess the Internet Retriever, Surfwath, Cybertrol, CYBERSitter, Nethepherd, TattleTale

أصبحت أدوات الحماية والحجب من البنية الضمنة لبرنامج تصفح ويب وبرنامج التصفح إنترنت إكسبلورر يملك مثل تلك الأدوات.

لاستخدام تلك الأدوات اختر أمر خيارات الإنترنت Internet Options من قائمة الأدوات Tools وستجد منطقة تشغيل وتعطيل ميزة التصفية والحماية باستخدام كلمة مرور ويمكنك ضبط هذه الميزة لحجب بعض المواقع حجباً كلياً وإتاحة المرور إليها عبر كلمة مرور فقط.

لحماية الأطفال وزيادة الخصوصية والسرية في البرنامج والحماية يمكن استخدام إعدادات التأمين بتشغيل إنترنت إكسبلورر، واختر خيارات الإنترنت Internet Options من قائمة Tools يظهر مربع حوار خيارات إنترنت Internet properties، فانقر تبويب المحتوياتContent.

انقر تمكين Enable لإظهار مربع حوار الإشراف يظهر مربع حوار محتويات الإشراف Content Advisor يحتوى علي تبويب هي

معدلات Ratings وعلم General ومتقدم Advanced والمواقع المضمونة Approved Sites.

في تبويب المعدلات Ratings تجد تصنيفات Category موجودة في مربع انقر علي أحد هذه التصنيفات، واسحب المنزلق الموجود تحت التصنيف إلى اليسار عند المستوى صفر لعرض موضوعات هذا التصنيف من هذه الموضوعات وبهذا تحد من موضوعات غير مناسبة للأولاد مثل: العنف Violence والخلاعة Nudity والجنس Sax واللغة البذيئة Language وتحديد مستوى استقبال تصنيفات الموضوعات المختلفة في نفس مربع الحوار انقر التبويب العام General وانقر إنشاء كلمة سر Password Create.

يظهر مربع حوار لكتابة كلمة السر فاكتب كلمة السر في مربع كلمة السر Password وقم بتأكيدها في مربع حوار التأكيد Confirm واكتب كلمة للتذكرة عندما تنسي كلمة السر في مربع التلميح Hint ولا تنس كلمة السر هذه وإلا فلن تستطيع بعد ذلك تغيير هذه الإعدادات بعد ذلك.

انقر موافق Ok للعودة إلي مربع حوار خيارات المشرف وحدد ما إذا كان علي الأخرين الالتزام بهذه الاختيارات لأن كل واحد يمكنه أن يدخل بخيارات مختلفة إلي شبكة الإنترنت مع الولوج في بداية علما بأن هذا قد يمنع دخول بعض المواقع التي يمكنك وضعها في المواقع المضمونة.

أنقر التبويب المتقدم Advavced حيث يمكنك تحديد مدى عرض المحتويات التى يجرى تحديثها من جدول تحديد رسمي أو إداري Bureau.

<u>تغيير إعدادات السرية والتأمين:</u>

في مربع خيارات الإنترنت يستخدم تبويب التأمين Security لمعاينه وتغيير التأمين.

فيه تجد عناصر التأمين مشتملة علي الإنترنت Internet والإنترانت الحلية Local Internet ومواقع مأمونة Trurstaed Sites ومواقع محظورة Resticted Sites.

عندما تختار أى عنصر يمكن تحديد محتويات وطرق وموضوعات التأمين أما اختيار المواقع فتقوم بكتابة اسم المواقع بنقر زر مواقع Sites في مربع الحوار.

عند نقر زر تخصيص المستوى Custom Level يظهر مربع حوار لتشغيل Enable أو إلغاء Disable الموضوع أو عرض إشارة Prompt للموضوع قبل تشغيله أو تحميله لتختار الاختيارات المناسبة (يمكن اختيار الافتراض).

بنفس الطريقة يمكن أيضاً تحديد مستوى الخصوصية Privacy من تبويب الخصوصية في مربع حوار خيارات الإنترنت بسحب منزلق الخصوصية نحو المتوسط أو أقل أو أعلي أو إلغاء التعامل مع البرمجيات الإضافية Cookies تماماً أو السماح بها تماماً.

في الوضع الافتراضي نجد بند Cookies يحتوى علي إمكانية القبول المتوسط ويعنى هذا الوضع أنه عند زيارة أى موقع ويب يتم عمل ملف نصي يحتوى علي معلومات عنك وعن الموقع الذي قمت بزيارته ويتم عمل هذه الملفات دون علمك لذلك يمكن عدم إنشائها.

تغيير الإعدادات المتقدمة Advance:

قد يكون مناسباً الإبقاء علي الأوضاع الافتراضية وقد تجد أنه من الضروري تغيير بعض هذه الإعدادات في التبويب المتقدم Advanced من مربع خيارات الإنترنت Internet Options.

كل بند من البنود (السرية Security والطباعة Printing والوسائط المتعددة Multimedia وبند بروتوكول النص الفائق HTTP والاستعراض Browsing والوصول Accessibility)له عناصر لتشغيلها أو عدم تشغيلها، مثل إلغاء عرض الصور لسرعة الاستعراض.

علي الرغم من ذلك فللبرنامج خيارات متعددة لتشغيلها أو عدم تشغيلها لكن ذلك لايمنع أن الأوضاع الافتراضية تحقق أفضل استخدام.

بسبب الفضول الطبيعي والحيوية والاندفاع والانبهار ورغبة الاستكشاف والاتصال وقضاء وقت طويل وعدم تحديد هدف معين وكونهم من القوى الشرائية لكبيرة فإن الأطفال والمراهقين هم أكثر الناس تعرضاً واستهدافاً لمخاطر الإنترنت بالاطلاع علي مواد غير

مناسبة أخلاقياً أودينياً أو أجتماعياً أو ثقافياً، والارتباط بعلاقات غير مأمونة، والحصول علي المعلومات منهم فقد لا يكون هذا النوع من الحجب والحماية فعالاً لذلك تستخدم البرامج القوية فتلك البرامج دقيقة وكاملة وفعالة ومفيدة جداً للحيلولة بين الأولاد وبين المواقع الخطرة والضارة أخلاقياً.

✍ومن برامج إغلاق المواقع:

- برنامج **Surf watch** بالموقع www. Surfwatach.com
- برنامج **Cyber patrol** بالموقع www. cyber patrol. com
- برنامج **NteNanny** بالموقع ntenanny.comwww
- برنامج **Cyber Sister** بالموقع www. cyber sister.com

أنت لا تعرف حقيقة شخص تلتقي به علي الشبكة وهناك أمر يتعلق بالتواصل الإلكتروني الذي يجعل الناس يشعرون بسرعة كأنهم علي ثقة من معرفتهم للشخص الأخر في حين أنهم لا يعرفونه حقاً.

هنا تبرز مشكلتان: الأولى أن الفضاء الإلكتروني ليس عالما واقعيا فالناس يتواصلون بطرقة مختلفة عبر الشبكات والبعض ممن يبدون رائعين علي الشبكة في حين أنهم علي عكس من ذلك بعيدا عن الشبكة.

تبرز مسألة الحضور الملتبس فالرجل الوحيد قد يكون متزوجاً، والفتاة الفاتنة قد تكون عجوزاً بالغة القبح ترسل صورة أخرى، كما أن خبير المتخرج من أرقي الجامعات قد يكون مجرد عاطلاً جاهلاً في الخمسين وفاشلاً، فمن السهل أن تقوم بما تشاء علي الشبكة فلن يراك أحد.

بالطبع لا يكذب الجميع فبالرغم من اختيار البعض للتصرف بمكر وخداع فالكثيرون يرون عالم الشبكات لا متناهيا يمنح شعورا بالنبل والأمان.

يجــب أيضـــاً أن نعتــرف بالأخطـــار الموجــودة فطالمـــا أن الأشخاص الذين تتحدث إليهم لا يمكنهم اكتشاف طريق وصول إليك فإن التواصل الحر بين الغرباء يبقي أمناً لكن إذا تخليت عن الحذر وأدليت بمعلومات قد تساعد في اكتشاف الطريق إليك فقد يتحول الأمر إلي جناية علي نفسك فكن حذراً.

المواقع المريبة:

قد تصل إلي موقع مريب وغير لائق رغما عنك تدفعه إليك شبكة الإنترنت أو بعض آلات البحث، وقد تدخل بنفسك مواقعا لاستكشافه وقد تم طرد بعض الناس من العمل بسبب مشاهدتهم لبعض الصفحات والمواقع غير اللائقة أثناء ساعات العمل.

يمكنك تجنب المشاكل بتفادي تلك المواقع بالدرجة الأولي لكن إذا حدث ما ليس في الحسبان تعلم الحذر والاحتياط عن طريق تنظيف مخبأ القرص Cache بعد أن تنتهى، فعندما تقوم بزيارة موقع ويب يتم حفظ نسخة من صفحة ويب علي القرص الصلب للكمبيوتر حتى إذا رغبت في معاودة استعراض تلك الصفحة يجدها برنامج الاستعراض علي القرص الصلب في جهازك بدلاً من جلبها من الشبكة، وهذا الأسلوب يؤدى في سرعة جلب الصفحات لكنه في الواقع يؤدى أيضاً إلي خلق ملخص يمكن متابعته لمعرفة الأماكن التى كانت فيها.

كما تقوم بعض برامج التصفح بإنشاء ملخص مسار History متعدد المراحل مما يؤدى أيضاً إلي معرفة جميع الصفحات والمواقع التي قمت بزيارتها علي مدى فترة زمنية.

لإزالة أثارك قم بتنظيف المخبأ لحذف الصفحات المخزنة هناك ثم قم بتنظيف ملخص المسار بحذفه كله أو بحذف المواقع التي ترغب في حذفها.

يجب أن تعرف أنه عبر بعض البرامج الحديثة يمكن التجسس علي جميع النشاطات التي تقوم بها علي الإنترنت سواء قمت بتنظيف المخبأ وملخص المسار أم لا.

البقاء مجهولاً علي الإنترنت:

يهتم الناس بالخصوصية وإخفاء الشخصية الحقيقية علي الإنترنت، وتوجد مستويات من التخفي علي الإنترنت، وبالرغم من عدم ضمانها للسرية التامة فمن المستحسن أتباع الخطوات الوقائية:

- قم بفتح حساب اتصال لدى إحدى شبكات الخدمة المباشرة أو مزود الخدمة باستخدام اسم لا يشبه اسمك الحقيقي.
- تأكد من إزالة المعلومات الشخصية المتعلقة بالملف الجانبيprofile حيث أن العديد من شبكات الخدمة تتيح إمكانية إدخال المعلومات الشخصية التي يمكن للأخرين الاطلاع عليها (في غرف التخاطب علي سبيل المثال).
- إذا كنت متصلا بالإنترنت عبر مزود خدمة اطلب منه تعطيل ميزة بصمة الإصبع finger من حسابك (بصمة fingerهي نوع من الخدمة التي يستطيع مستخدمو الإنترنت الأخرون استعمالها للحصول علي المعلومات عنك).
- عندما تكون علي الإنترنت انتبه إلي عدم ترك معلومات تعريف شخصية حقيقية عند الاشتراك في مجموعات الأخبار أو عند العمل مع القوائم البريدية وغير ذلك من الخدمات.

كذلك يمكنك إرسال رسائل غير موقعة باسم مرسل معين وذلك باستخدام بعض أنظمة الاتصال البريدي العام فعلي سبيل المثال تملك العديد من المكتبات العامة برنامجا معدا لتصفح ويب ومعظم برامج التصفح تتضمن نظاما بريدياً ضمنياً ويمكن إرسال رسالة عبر برنامج التصفح والبقاء مجهولاً بشكل تام.

يعتبر الحصول علي حساب اتصال مجهول الهوية أمرا صعبا فمعظم مزودي الخدمة يطلبون معلومات شخصية، لكن الاتصالات عبر الهاتف العام أو عبر الخدود الخاصة تتيح نوعا من ذلك، وهناك برامج تساعد علي إخفاء عنوان بروتوكول الإنترنت، وتتوفر مواقع تقدم خدمة التصفح الحر أو المتخفي بحيث يمكن دخول موقع الدردشة بهوية جديدة وإرسال البريد تحت هذه الهوية بالدخول تحت مظلة الموقع.

يستخدم أسلوب إعادة كتابة عناوين URL لأغراض الاختفاء مثل موقع Anonymizer الذي يسمح للمستخدم باستعراض الشبكة دون الكشف عن هويته للمواقع التي يزورها.

بصمة الإصبع Finger :

بصمة الإصبع finger عبارة عن أحد أوامر نظام يونكس الذي يتيح الحصول علي معلومات متعلقة بأحد الأشخاص علي الإنترنت **ويمكن استخدام ذلك الأمر بإحدى الطريقتين التاليتين:**

*ادخال إلي حساب الاتصال الخاص بك ثم اذهب إلي سطر الأوامر (ستجد خياراً في إحدى القوائم يقودك إلي ذلك فإذا لم تستطيع الوصول اسأل مورد الخدمة عن كيفية ذلك) ومن خلال سطر الأوامر اكتب finger ثم اضغط المفتاح Enter لتشغيل ذلك الأمر.

*قم بتثبيت برنامج زبون finger يتح إمكانية تشغيل Finger من خلال واجهة الاستخدام الرسومية في ويندوز أو ماكنتوش.

تسمح بصمة الإصبع للأخرين بمعرفة عنك بكتابة عنوان البريد الإلكتروني الخاص بك، وللتحقق منعدم وجود هذه الخدمة أو وجودها راجع الموقع:

http://www.cs.indiana.edu:800/finger/gateway: وأبحث عن عنوانك البريدي.

لاستخدام أمر finger لنفترض أنك قد رأيت العنوان البريدي myame@ab.net وأردت الحصول علي معلومات عن صاحب البريد فعندئذ تقوم باستخدام الأمر finger معلومات إلي العنوان ab.net وقد تحصل علي معلومات المطلوبة مثل الاسم الحقيقي لمالك الحساب.

يقوم العديد من موردي الخدمة بتعطيل طلبات finger تعطيلاً تاماً بينما يقوم البعض الآخر بتعطيل نوع معين من الطلبات فعلي سبيل المثال إذا كنت تحاول استخدام الأمر finger myame@ab.net فسيقوم بعض موردي الخدمة بإرسال معلومات جميع مالكي الحسابات تحت الاسم my name في حين أن البعض الآخر من الموردين لن يستجيب للطلب.

زيادة مستوي الأمن وحماية الخصوصية:

- أهم الخطوات في الحماية هي شراء نسخة أصلية حديثة من نظام التشغيل لأن نظام التشغيل هو أساس الحماية وفي نفس الوقت يمكن أن يكون اكبر نقطة ضعف وتقوم شركات إنتاج أنظمة التشغيل بتحديث هذه الانظمة عند اكتشاف اي خلل أمني بها كما توفر تحديثا وملفات لزيادة الامن في مواقعها ويمكن تنزل ملفات التحسينات
- استخدام احدث نسخ برامج التصفح لأن الاصدارات القديمة بها ثقوب امنية كما يمكن تعديل مستوي امن المتصفح لمنع وتعطيل التشغيل المباشر لاكتتف اكس وجافا سكريبت.
- التحكم بملفات المشاركة المحلية في الشبكة بإزالة انواع ملفات المشاركة
- حماية الجهاز بكلمة سر تمنع من دخوله مثل كلمة سر الجهاز وكلمه سر نظام التشغيل وكلمة سر الشبكة.
- الحصول علي نسخة اصلية حديثة من برنامج مضادات الفيروسات ومضادات احصنة طروادة ومراجعة موقع الشركة للتحديث المباشر بسبب ظهور فيروسات جديدة او نسخ معدلة من القديمة
- تجنب فتح الملفات المرفقة بالرسائل الالكترونية من مصادر غير معروفة خاصة اذا كانت نوع bat , com , exe
- تجنب برامج مجانية (اذا لم تكن من مواقع معروفة وتجنب تنزيل البرامج من مجمعات الاخبار new group
- استخدام برنامج تشفير المعلومات والرسائل الالكترونية.
- عدم القيام بالشراء من شبكة الانترنت دون التأكد من استخدام خادم آمن يوجد علامة القفل المغلق في المتصفح وتغير اسم الوصلة من http:// الي https:// بوجود حرف s زائد مما يعني بروتوكول أمن لنقل المعلومات لكن عليك التأكد من إنك تستخدم قوة تشفير ١٢٨ بت لتوفير الأمان اللازم ويمكن التأكد من قوة تشفير متصفح اكسبلورر بنقل help علي الجانب الايسر من شاشة المتصفح في أعلي الصفحة ثم اختيار About internet explorer وسوف تجد كلمة cipher 128 bit فان لم تجد هذا الرقم قم بتنزيل نسخة جديدة من موقع ويندوز.

تجنب الموافقة علي حفظ اسم المستخدم وكلمات السر في اي وقت لأنك لو وافقت تسهل العملية علي اي مستخدم اخر يستخدم الجهاز ولأنه يجدها مخزنة وجاهزة.

حماية الخصوصية علي شبكة الانترنت:

هناك من يتابع خطواتك وسجلها علي شبكة الانترنت ويتعرف علي اهتماماتك وبلد اقامتك وماذا تريد وماذا تشتري وما الذي تبحث عنه في الانترنت ويقرأ رسائلك الالكترونية وحوارك في غرف الدردشة ويجب أن تتعلم طرق التخلص من هؤلاء أو تقليل المراقبة بحماية خصوصيتك.

✍ **هناك برامج توفر الامن والحماية:**

١-برامج امنية تستهدف المستخدم العادي والشركات الصغيرة.
٢-برامج امنية لشبكات شركات وبنوك وقطاعات اعمال والحكومة.

✍ **تنقسم برامج الحماية الي:**

- برامج الحماية من الفيروسات Antivirus program
- برامج جدران النار Firewall programs
- برامج تشفير المعلومات Encryption software
- برامج تشفير البريد الالكتروني.

يعتبر برنامج نورتن للحماية والأمن في احدث نسخة تحتوي جدران نار من أفضل البرامج لأنه يؤدي مهمة برنامجين كمضاد للفيروسات كما يتميز بسهولة الاستخدام.

برنامج كلب الحراسة من شركة ما كافي أرخص سعراً لكنة بحاجة إلى جدار نار منفصل من نفس الشركة وتميز بالتحكم في دخول الأولاد إلى الانترنت عن طريق تحديد الوقت التي سمح بالدخول اليها كما يمنع الاعلانات ويحافظ علي المعلومات المهمة مثل الاسم وكلمات السر ورقم بطاقة الائتمان ويمتاز أيضاً بقدرة تشفير الملفات والمعلومات.

لحماية الخصوصية هناك برامج متخصصة في التعامل مع عك الانترنت وبرامج تساعد علي اخفاء عنوان بروتوكول الانترنت وهناك مواقع تقدم خدمة البريد تحت هذه الهوية الجديدة التي لا

يمكن الكشف عنها بالدخول الغير المباشر للمواقع تحت مظلة الموقع بحيث لا يظهر رقم بروتوكول الانترنت الخاص بك ويتم حجز كعك التسجيل والمتابعة في اجهزة الموقع ويتم تقديم هذه الهدمة مقابل اشتراك.

أهم ما يجب عمله علي الانترنت هو التأكد من سرية كلمات السر وعدم تعرضها للسرقة حتي لا تستخدم بسوء نية مثل الاطلاع علي البريد الالكتروني ومراسلة الاخرين باسمك او دخول المواقع التي قمت بالتسجيل فيها أو استخدام الحساب لشن الهجمات.

تتم سرقة كلمات السر بعدة وسائل ابسطها الاطلاع عليها من مكتب أو اوراق أو استخدام برامج التخمين أو اكتشاف المعلومات عبر الانترنت.

يجب حماية كلمات السر وتغييرها علي فترات واستخدام تشكيلة طويلة من الحروف والأرقام ولا تعجل برامج التصفح تحفظ كلمات السر واستخدام كلمات سر مختلفة للمواقع والخدمات المختلفة.

✍ **تحتوي قاعدة بيانات مواقع الانترنت المختلفة علي معلومات هائلة عن مستخدمي الانترنت وهناك نوعان من المواقع:**

١- مواقع مجانية تتيح الحصول علي معلومات كالاسم والعنوان وعنوان البري الالكتروني ورقم الهاتف في بعض الاحيان.
٢- مواقع مدفوعة الاجر تبيع معلوماتها الاكثر والزائدة الخصوصية مثل موقع a1race.com نظير مبالغ مالية وايضا موقع lexis-nexis.com لبيع معلومات الاشخاص والشركات.

يمكن محو البيانات من قواعد البيانات ففهي فهارس الصفحات المجانية مثل الصفحات البيضاء internet white pages او موقع www.bigfoot.com التي تتيح معرفة العناوين وأرقام الهاتف يمكن طلب حذف الاسم من قواعد البينات عن طريق ملء نموذج في الموقع الأخير.

أو المواقع التالية:www.people.yahoo.com
أو موقع www.whowhere.lycos أو غيرها من المواقع.

في الانترنت مواقع لحماية الخصوصية اثناء التجول تسمح بتحديد المعلومات التي ترغب في ظهورها علناً مثل موقع: www.privaseek.com
أو موقع www.lumeria.com
الخصوصية في المتصفح:
إن مستعرض ويب يحتوي علي معظم البيانات الشخصية بما فيها عنوان البريد ولمعرفة ذلك افتح متصفح ويب واختر قراءة بريد read mail من الأدوات tools وعندما يعمل برنامج البريد اختر ادوات tools ثم اختر الحسابات accounts وعندما يظهر مربع الجوار اختر البريد ثم انقر زر خصائص properties لتظهر محتويات البريد بعنوانه.
للاتصال بشبكة ويب مع الحفاظ علي الخصوصية يمكن استخدام موقع يتيح الاتصال دون تحديد شخصيتك مثل موقع www.anonmizer.com وتوفر بعض المواقع هذه الخدمة مقابل اجر ، وتوفرها مواقع مجاناً وفي الحالتين يكون الاتصال بطيئاً.
تسمح بعض البرامج بعمل هويتين مختلفتين في نفس الوقت مثل برنامج dig tame من شركة نوفيل novel بالعنوان www.novell.com أو برنامج freedom من شركة zero knowledge systems بالموقع www.zks.net..
الخصوصية علي الانترنت تبدأ باستخدام برنامج التصفح browser ويحتوي كل برنامج تصفح علي أدوات تتيح الخصوصية بحجب ومنع مواقع ومحو محتويات صفحات سابقة التصفح ومسح محتويات نماذج من كلمات سر واسم مستخدم ومحو كلمات البحث والغاء خاصية الاستكمال التلقائي وتحديد مستوي الخصوصية.
حذف كلمات البحث وإلغاء الاستكمال التلقائي:
أحياناً لا يريد المستخدم عرض كلمات بحث استخدمها في المواقع أو ضمن الات وأدلة لذلك يود التخلص منها لاعتبارات السرية او لاعتبارات اخفاء ما يقوم به اذا يتم حفظ البحث عن طريق برنامج التصفح مما يؤدي إلى ظهورها في كل مرة تعود فيها الي صفحة من الصفحات.

في متصفح internet explorer افتح قائمة ادوات tools ومنها اختر خيارات الانترنت internet options افتح تبويب المحتويات content

ومنها اختر الاستكمال التلقائي Auto complete ، انقر زر مسح النماذج clear forms لمسح محتويات النماذج

محو آثار زيارة مواقع:

عند تصفح موقع غير مرغوب فيه عمداً أو بدون قصد أو عند ظهور موقع نتيجة تقنية الدفع أو النتيجة النوافذ المفاجئة، قد ترغب في إخفاء آثار زيارة هذه المواقع.

تقوم المتصفحات بحفظ صفحات المواقع التي تزورها علي القرص الصلب كما تقوم التصفح بتخزين عناوين المواقع التي سبق زياراتها في شريط العناوين Address Bar أو تاريخ الزيارة history.

عند تنشيط خاصية الاستكمال لتلقائي Autocomplete في برنامج التصفح يتم استكمال كتابة عناوين المواقع التي قمت بزيارتها من قبل بمجرد كتابة حرف منها توفيراً للوقت لكن اذا زرت موقعا لا تريد ان يعرف الآخرون عن قيامك بزيارته خاصة أنه إذا كتب الزائر الجديد اول حرف من اسم الموقع فسوف تظهر أسماء كافة المواقع اتي تبدأ بهذا الحرف.

كما تقوم برامج التصفح ايضا بحفظ ملفات الكعك في القرص الصلب.

من هنا يمكن القول ان ازالة اثارة زيارة موقع تتضمن (مسح تاريخ الزيارة في برنامج التصفح ومسح محتويات منطقة التخزين المؤقت للمتصفح ومسح كلمات البحث وحذف ملفات الكعك لكن الاهم هو حذف محتويات تقوم المواقع بتضمينها في ملف سجل النظام registery

يمكن مبدئياً إلغاء محتويات التاريخ history ففي متصفح internet explorer افتح قائمة الأدوات واختر مسح التاريخ.

لكن هذا لن يوفر إلا جزءاً ضئيلاً من إخفاء الخصوصية خاصية وأن محتويات الصفحات مازالت قابعة علي القرص الصل.

لحذف محتويات المواقع من نفس المكان في التبويب العام انقر زر حذف الملفات.

يجب أيضاً حذف ملفات الكعك بنقر زر delete cookies كما يجب حذف بينات الاستمارات وكلمات السر التي تم حفظها بالبرنامج.

بالنسبة لمتصفح نتسكيب Netscape Navigator من قائمة تحرير Edit اختر التفضيلات Preferences يظهر مربع حوار فانقر السهم الموجود بجانب قسم الملاحة Navigator في المربع الموجود علي يسار النافذة حتي يظهر قائمة فرعية منها التاريخ History ثم انقر زر مسح التاريخ Clear history وانقر زر مسح شريط العنوان .Clear Location Bar

لحذف محتويات الملفات المؤقتة افتح التبويب المتقدم advancedثم نقر السهم لفتح القائمة الفرعية ث انقر قسم المخبأ ثم انقر مسح محتويات مخبأ الذاكرة Clear Memory cacheونقر زر مسح محتويات مخبأ القرص لحذف محتوات القرص الصلب.

لحذف ملفات الكعك ابحث ملفات الكعك بكتابة كلمة cookies في مربع البحث في ويندوز البحث عن ملفات الكعك ثم حذفها.

استخدم البرنامج يكون أقوي تأثيرا ويمكن ان تستخدم برامج كبرنامج evidence eliminator من موقع تحميل البرامج المجانية أو برنامج clean browser بالعنوان
www.cleanbrowser.com/ft=sb436

يقوم كل من هذه البرامج بحذف ملفات الانترنت المؤقتة واثار الزيارات من تاريخ التصفح والاهم هو حذف اثار الزيارات من ملف سجل النظام Registr.

يمكن أيضاً استخدام برنامج histrokill، بالعنوان:
http;//www.historykill.cm/ref0004.html

منع النوافذ المفاجئة pop up:

أثناء تصفح الانترنت او استعراض موقع او اغلاق موقع او نقر وصلة تظهر نافذة مفاجئة pop up قد تدفع أيضاً بناء تصفح

سابق لمواقع وضعت نفسها في ملف كعك أو قامت بتسجيل نفسها في سجل النظام.

المشكلة ان معظم هذه النوافذ مصممة لتختفي منها أشرطة العنوان والقوائم أو بسبب امتدادها بعرض الشاشة كلها وبالتالي تكون علي شريط المهام واختيار ار إغلاق close من القائمة التي تظهر لكن بعض هذه النوافذ مصممة ايضا للتحكم في منع اظهار القائمة المنبثقة.

يمكن أيضاً اغلاق النافذة بالضغط علي مفاتيح alt+ ctrl+ del واختيار انهاء المهمة endtask لهذه النافذة وقد يتسبب ذلك في اغلاق كافة النوافذ المفتوحة في بعض الأحيان .

المشكلة الأخطر أن تظهر هذه النوافذ بمحتويات غير مناسبة أو في أماكن أو في توقيتات أو أمام أشخاص لا يمكنهم قبولها أو قبول تكرارها.

يمكن البحث عن برامج منع النوافذ المفاجئة في اي برامج بحث ويمكن أيضاً الحصول علي نسخ تجريبية لفترة زمنية محددة كما يمكن الحصول علي مواقع متعددة تتيح خدمات توفير هذه البرامج وأيضاً قد تتواجد هذه البرامج كجزء من برامج أوسع **ومن أمثلة هذه البرامج:**

برنامج History kill من موقع:
http://www.historykill.com يوفر خدمات منها خدمة منع النوافذ المفاجئة.

عندما يقوم البرنامج بالعمل يظل قابعا في الذاكرة بجوار ساعة النظام علي شكل ايقونة صغيرة فإذا حاولت نافذة مفاجئة العمل يقوم البرنامج بمنعها من العمل والإبلاغ عن ذلك ويمكن تغيير اعدادات البرنامج ويبين في بداية تشغيله قيامة بحماية الخصوصية ويتابع محتويات ملفات الكعك ويقم بتعديل اعدادات برامج التصفح.

ويتخلص من النوافذ المفاجئة كما يوف خيار افتح هذه النوافذ عن طريق ضغط مفتاح ctrl اثناء نقر وصلة.

برنـامج popup killer في الموقع:

http://software,xfx,net/utilities/popupkiller/download.htm

برنـامج لا يتغلـب علـي وسـائل خـداع النوافذ المفاجئـة الحديثـة ويعتمد علي قاعدة بيانات المستخدم بإنشـائها لتسـجيل النوافذ داخل قاعدة البينـات ممـا يعنـي عـدم القدرة علـي منـع غالبيـة النوافذ غيـر المعروفة.

برنـامج IE-killer:

http://www.codefoot.com/software/iekill/index.html

برنامج مجاني للقضاء علي نوافذ متولدة عن بعضها ويعمل من خـلال ايقونـة بجانـب سـاعة النظـام وبنقـر هـذه الأيقونـة بالفـأرة يـتم اغلاق نوافذ المتصفح النشطة.

برنـامج pop up stopper من موقع : panicware.com

يمنـع النوافـذ المفاجئـة قبـل ان تصـل الـي الجهـاز وتظـل نافـذه المتصـفح الرئيسـية مفتوحـة ممـا ويـوفر سـعة الاتصـال بالإنترنـت bandwidth ووقت الاتصال والبحث في تاريخ التجول.

يمكـن الحصـول علـي نسـخة مجانيـة مـن موقـع panic ware من العنوان: http:/www.panicware.com/products-dpps.html

جدران النار fire walls:

يزداد استعمال جدران النـار كوسيلة تحكم بعمليـات الوصـول إلى أنظمة الشبكات وقد وصل استخدام الحمايـة بأشكال مختلفـة من جدران النار إلى ما يزيد ثلث مواقع ويب علي الانترنت.

إذا قام جدار النار بعملة لن يتمكن الدخلاء من الوصول الـي خادم موقع ويب او الي شبكة داخلية محمية إذ يقبـع جـدار النـار بين شبكة محلية وبين الانترنت يحث أن كل حركـة النقل بين الشبكتين يجب أن تمر عبر جدار النار وبالرغم من أن جدار النار يراقب كل حركة النقل إلا أنـه قـادر علـي منـع بعض انـواع النقل تمامـاً كمـا أن جـدار النـار يقـوم بعـدة مهـام أخـري مـن بينهـا التحقـق مـن أصـالة المستخدمين وتدوين معلومات عن حركة النقل وتوليد تقارير.

تسمح بعض جدران النار ببعض انواع النقل فقط بعضها الاخر اقل تشددا وتمنع خدمات تسبب المشاكل كبروتوكول نقل الملفات ftp.

✍من بين الفوائد المتوقعة نتيجة اضافة جدار نار الي أدوات الأمن:

- حماية خدمات موقع ويب او الانترنت غير الحصينة
- تحكم بالوصول الي الانظمة الحساسة.
- إدارة مركزية للأمن.
- تدوين تفاصيل عن استعمال الشبكة واحصائياتها.
- اساليب معقده لتصفية الرزم.
- تشكيل من نظم مستقلة لا تعتمد علي اجهزة او نظم برمجية اخري.
- يمكن ان يتصرف جدار النار الية فعالة تتيح التحكم بالنقطة التي تتصل بها شبكة الانترنت بالإنترنت.

إن الامان الزائد الذي يوفر جار النار لشبكة له تكلفة تأتي علي هيئة خسارة الراحلة إلا إذا قمت بخطوات إذ قد لا يعود من الممكن للمستخدمين في شبكة محمية الوصول الي مواقع عيل الانترنت مباشرة.

يمكن تقسيم المخاطر الصحية التي يتعرض لها مستخدم الانترنت والكمبيوتر الي قسمين رئيسين هما مخاطر قصيره المدي وخاطر بعيدة المدي كما يمكن تقسيمها بصورة آخري إلى مخاطر نفسية وبدنية واجتماعية.

هناك مخاطر بدنية ونفسية قصيرة المدي مثل توتر وإجهاد عضلات العين تؤدي إلى الإثارة والكبت او تفشي المشاكل الاجتماعية.

المخاطر بعيدة المدي تتضمن الام العضلات ولمفاصل والعمود الفقري والام الرقبة واسفل الظهر والرسغ كما تظهر اعراض الارق والانفصام مع الاوهام وعلاقات خالية في منتديات الحوار كما يمكن ان يؤدي الي زيادة الوزن نتيجة قلة الحركة وتناول وجبات ومشروبات عالية السعرات.

لتجنب المشاكل قدر الإمكان يستحسن اتباع الإرشادات التالية:

عدم الجلوس طويلاً أمام الكمبيوتر دون حركة ويجب تحريك أجزاء الجسم علي فترات بالقيام وعمل أي مهمة مثل تناول كوب ماء أو إعداد الشاي أو أثناء تحميل البرامج وممارسة بعض الحركات الرياضية البسيطة مثل تحريك الاصابع وغمض العينين والتنفس العميق والوقوف وشد العضلات ورفع الذراعين في اتجاهات مختلفة وتحريك الساقين دوما لتخفيف ضغط العضلات وتنشيط الدورة الدموية.

تجنب اجهاد العين بجعل ارتفاع ومكان الشاشة مناسبين بأن يكون ارتفاع الشاشة مناسباً لمستوي نظر كخط مستقيم اعلي الحدود العليا للشاشة وأن تكون شاشة كبيرة الحجم١٥ بوصة علي الاقل ووضع الشاشة في مكان مناسب لتقليل انعكاسات الاضاءة الخلفية او النوافذ وتقليل التحديث في الشاشة بأخذ فترة راحة كل ١٥ دقيقة بالنظر الي نظر مختلف في الغرفة بعيداً عن الشاشة لمدة نصف دقيقة او غمض العين وتكرار الرمش أو غمض العين بين فترة وآخري لتجنب الجفاف.

لتجنب آلام العمود الفقري والمفاصل بالجلوس علي مقعد مناسب للطول له سند رأس وظهر وتجلس بطريقة جلوس سليمة بحيث يكون الرأس والرقبة في وضع مستقيم بطريقة جلوس سليمة بحيث تتشكل المفاصل زوايا قائمة.

والمحافظة علي استقامة اليدين قدر المستطاع اثناء الكتابة علي لوحة المفاتيح أو استخدام الفارة مع جعل المرفق اقر للجسم بزاوية قائمة بين العضد والساعد.

تجنب تأثير الساعات الشاشة والدوائر الالكترونية بالتقليل من آثارها عن طريق الابتعاد عن مصادرها جيدة تجنب الإشاعات وإذا كانت الإشاعات تصدر في جميع لأنترنت عندما تكون شاشة الزميل خلف رأي الزميل الآخر المباشر كما يمكن تقليل اجتهاد العين وتأثير الإشاعات باستخدام من المرشح وعمل زاوية واجهة الشاشة مواجهة المستخدم.

تجنب تأثير المجالات الكهرومغناطيسية عن مكونات الكمبيوتر مسافة نصف متر علي الأقل.

تجنب الآثار النفسية والاجتماعية بالتغلب علي إدمان الألعاب ومواقع الدردشة وفهم حقائق التضليل والكذب والخداع واخفاء الحقائق عند الاخرين وتجنب الدخول في مهارات ومغامرات الأرق وتشوش الأفكار.

الانترنت قد تسبب الإدمان خاصة في بعض مناطقها الخطرة بشكل خاص مثل أنظمة التخاطب وشبكة ويب ومجموعات الحوار كالقوائم البريدية ومجموعات الأخبار.

حل مشكلة الإدمان علي الانترنت هو المقاومة الآتية وتحديد ساعات الاتصال وتحديد أهدافه وتقدير العائد من ورائه كما أن الحياة المستقرة والهانئة في العالم الواقعي تساعد علي الخلاص من هذه المشكلة كما ان الخوف ربما يساعد ايضا (كالخوف من فقدان الوظيفة أو الأولاد) وإذا كنت بحاجة الي المساعدة في هذا المجال فلماذا لا تقضي بعض الوقت الاضافي علي الشبكة بالبحث عن الادمان addiction وستجد بعض مواقع ويب المعدة خصيصاً لمساعدتك علي التخلص منه.

الفصل الثاني

مخاطر الإنترنت في الأسرة

يقول الدكتور سليمان التركي (ربما كان القليل من القراء هو الذى يستطيع أن يتذكر متى أدخل التلفاز إلى المنزل ولكن الكثير يتذكر دخول أطباق الأقمار الصناعية التي عارض الكثيرون دخولها للمنازل بسبب نوعية القنوات السيئة والمضلة التي من الممكن أن تدخل في منازلنا وفي الوقت نفسة كان بعضهم يؤيد دخولها للمنازل بسبب الفوائد والمعلومات المكتسبة منها وكلا الجانبين – من وجهة نظري – كان محقاً لكن كان من المهم تكوين ثقافة عالية لدى مقتني هذه الأطباق لتجنب المساوئ مع جني لفوائدها .

وبعدما بدأت تقنية الإنترنت في الانتشار أصبح الكثير من الأشخاص يسارعون من أجل الحصول عليها وذلك لعدة أسباب منها التجاري ومن العلمي ومنها الشخصي ولكن كان من الضروري الاستعداد لدخل هذه التقنية الرائعة للمنازل حيث إنه بواسطة تقنية الشبكات اللاسلكية الحديثة أصبح كل شخص في المنزل يستطيع أن يستخدم الانترنت فيأى مكان في المنزل وهنا مكمن الخطورة – برأييالشخصي لأن الطفل أو المراهق – ذكراً كان أم أنثى – أصبح بإمكانية الانعزال والغوص بالأنترنت لساعات طوال بدون انقطاع فيغرفته **وبما يترتب على ذلك من مشاكل سوء استخدام الانترنت والتي من أبرزها:**

١. الانعزال والانطوائية للمستخدم.
٢. إمكانية الدخل لمواقعمحظورة (أخلاقيةأو فكرية) مع الحجب المطبق من قبل هيئة الاتصالات وتقنية المعلومات.
٣. إمكانية التغرير بالمستخدم القاصر لعمل شيء مشين ومن أراد الاطلاع على ما يمكن تعرير القاصر به فلطلع على مجلة (النيويورك تايمز) عن الطفل جستن (Justin) بتاريخ ١٩ ديسمبر ٢٠٠٥م .
٤. هدر وقت كبير بدون أية فائدة مما قد يؤثر على المستوى الدراسي للطلاب والطالبات .

لقد سئلت من قبل الكثير من الأصدقاء عما يمكن عملة لتفادى مضار هذه التقنية المفيدة والتي أصبحت ضرورة ملحة في الوقت الراهن وهذا ملخص لمقترحاتي:

١. وضع استخدام الإنترنت في مكان يتيح للراشدين في المنزل الإطلاع على المواقع التي يتم زيارتها من بعد.
٢. تثقيف جميع من في المنزل عن الانترنت وعن المشاكل الممكنة من إساءة استخدامها.
٣. طرح نقاش في الاجتماع العائلي عن المواضيع التى يمكن البحث عنها في الانترنت ومناقشتها في اجتماع لاحق.
٤. هناك بعض البرامج التي يمكن وضعها في أجهزة الحاسب الآلي والتي تمكن الأب أو الأم مع رصد كل موقع يتم الدخول إلية وكل ما يتم كتابته على لوحة المفاتيح .
٥. الاتفاق على وقت محدد في اليوم لاستخدام الانترنت.

ومع كل هذه المحذورات والاجراءات فإنه لابد من التسليم بضرورة استخدام الإنترنت في المنزل ليس فقط للاستخدام الشخصي بل وللتحصيل العلمي واخيراً أتمنى من الوالدين عدم التفكير في منع دخول الإنترنت للمنزل والتماشي مع ما هو منطقيوعقلانيفي التعامل مع هذه التقفية .

<u>مجموعة الدول السبع قيمت فوائد ومخاطر ثورة الإنترنت:</u>

حاول وزراء مالية مجموعة الدول الصناعية الماضي وللمرة الأولى تقييم نتائج ثورة الإنترنت على الاقتصاد وأشادوا بتأثيرها على النمو لكنهم أعربوا عن قلقهم إزاء التهديدات بتزايد عدم المساواة .

وكتب وزراء مجموعة السبع في تقرير نشر في أعقاب اجتماع في (فوكوكا) أن تقنيات الإعلام لديها القدرة على تعزيز نمو اقتصاداتنا ول أنه لا يزال من الصعب قياس حجم هذه الظاهرة .

إلا أنهم أشاروا في التقرير المؤلف من تسع صفحات إلى أن هذه الثورة يمكن أن تؤدى إلى عالم يعانى من عدم المساواة إذا لم يتم اعتماد سياسات الاقتصاد الكلى والسياسات البنيوية اللازمة.

وشددوا على أن هذه الإنترنت يمن أن تؤدى إلى هروب كبير لرؤوس الأموال وتزيد الفوارق بين الأداء الاقتصادي لمختلف الدول ويرى وزراء المالية أن النتائج الأساسية لثورة التقنيات الحديثة ستكون في الأوساط المالية.

وختم التقرير بالقول إن تقنيات الإعلام يمكن أن تؤدى كغيرها من الابتكارات التقنية إلى إلغاء وظائف في بعض القطاعات وإيجاد وظائف في قطاع تقنيات الإعلام مشيرا إلى أنه وبشكل عام يمكننا أن نتوقع تأثيراً ايجابياً على مجال التوظيف بفضل تعزيز النمو الاقتصادي .

سلوك مخاطرة الطفل على الإنترنت:

يمثل سلوك المخاطرة على الانترنت جزءا من عملية النمو التي يوجهها الوالدان في كافة الجوانب المتعلقة بسلامة الطفل بما فيها الإنترنت .

وبسبب سمة التخفي والسرية التي يتميز بها الإنترنت فإن كثيراً من الأطفال في سن المراهقة وما قبل المراهقة يشاركون في غرف الدردشة المثيرة بالنسبة إليهم.

وهم لا يتوانون عن المحادثة مع أشخاص يصفونهم بالمنحرفين أو الفاسدين ويثيرون معهم تحديات ومواجهات قد تبلغ التواعد معهم وغير ذلك.

من الأمر التي تتطلب منك التأمل هى عند ملاحظتك الاضطراب أو السرية التي يظهرها الطفل عندما تفاجئه وهو يستخدم الإنترنت أو أنه يعمد إلى غلق الشاشة إذا ما اقتربت منه فجأة أو أيسلوك يدل على أن الطفل لا يريد لك أن ترى ما يوجد على الشاشة فذلك ليس سلكا مقبولا ولا آمنا .

أوضح لطفلك بشكل قاطع أنها ليست مسألة مراقبه ولا مسألة ثقة وإنما مسألة سلامة فحسب شأنها شأن منعه من قيادة الدراجة في أماكن خطرة.

تناقش مع أطفالك بصراحة ووضوح عبر لهم عن مشاعرك وسبب مخافك اعقد اتفاقاً صريحاً وواضحاً بينك وبين أطفالك حول استخدام الانترنت.

اسأل آباء آخرين عن الأساليب التي يستخدمونها لحماية أطفالهم استخدام خيارات الرقابة الابوية على الانترنت وراقب المواقع التي يزورها أطفالك للتأكد من توقف هذا السلوك.

إذا استمرت المشكلة فمن الممكن أن تمنع طفلك من استخدام الإنترنت إلى أن تتوصل إلى اتفاق واضح معه وخطة سليمة لاستخدام الإنترنت بشكل إيجابي وفعال وآمن.
طالع الإنترنت بنفسك فذلك يفتح مجالاً للتواصل بين الوالدين والأطفال حول الإنترنت.
فالأطفال يرغبون في إدراكك لأهمية الإنترنت بالنسبة إليهم والانترنت أكثر إغراء بالنسبة لهم من التلفزين وسريعاً ما يتحول إلى أداة لا مثيل لها بل وصديق وربما مضيعة للوقت.
ولذلك عليك أن تأخذ زمام المبادرة في هذا المجال وتكون قادراً على توجيه أطفالك بين دهاليز هذا العالم الشاسع المسمى الانترنت وذلك بالتمكن من استخدام هذه الأداة والتمييز بين سلبياتها وايجابياتها ومعرفة متى تضع الحدود الفاصلة ومتى تفرض القيود الآمنة على استخدام أطفالك للإنترنت.
وكذلك لتقييم مدى استفادتهم منها وتشجيعهم على استغلالها لتنمية معرفهم تسيع خبراتهم مداركهم وتوجيههم ووقفهم متى انحرف استخدامهم لها عما ينفع إلى ما يضر.

الانترنت وخطرة في حياة أبنائنا:
قال الدكتور محمد صالح الغامدي المحاضر بجامعة أم القرى بمكة المكرمة: لقد فتن الشباب اليوم بالأنترنت ولعوا به ولعا شديدا فأصبح جل حديثهم عنه وعن ارتياد مواقعة الإبحار في جنباته والجلوس فيصحبته الساعات الطوال دونكلل أو ملل وهذا يدعونا للتأمل في محاسنة ومفاسدة حتى نكون على بصيرة من أمرنا.
١-إضاعة الأوقات .
٢- التعرف على صحبة السوء
٣- زعزعة التعاقد والتشكيك فيها .
٤- نشر الكفر والإلحاد .
٥-الوقوع في شراك التنصير .
٦- تدمير الأخلاق ونشر الرذائل .
٧- التقليد الأعمى للنصارى والافتنان ببلادهم
٨- إهمال الصلاة وضعف الاهتمام بها .

٩- التعرف على أساليب الإرهاب والتخريب .
١٠- الغرق في أوحال الدعارة والفساد .
١١- إشاعة الخمول والكسل .
١٢- الإصابة بالأمراض النفسية .
١٣- إضاعة مستوى التعليم .
١٤- التجسس على الأسرار الشخصية .
١٥- انهيار الحياة الزوجية.

أطفالنا والأنترنت ... مزايا وأخطار:

هل يمكن أن نتحدث عن "**أطفال الإنترنت**" عندنا فيما لا يزال الغالبية العظمى من الكبار في عالمنا العربي لم تسمع أو لم تستخدم شبكة الإنترنت؟ ربما يكون الحديث عن "**أطفال الأنترنت**" من قبيل التطلع إلى المستقبل القريب.

أمنية "**أطفال الإنترنت**" عندنا أصبحت واقعاً عند الآخرين فقد أظهرت إحصائية أن عدد الأطفال الأمريكيين الذين يستخدمون الانترنت قد تضاعف أكثر من ثلاث مرات خلال عامين ففي عام ١٩٩٧ م بلغ عدد الأطفال مستخدمي الإنترنت ٨ ملايين طفل قفزوا إلى ٢٥ ملين طفل خلال عام ١٩٩٩م ويتوقع الدارسون أن يزداد الرقم بحلول عام ٢٠٠٥ م نحو ٧٠%.

وفي عالمنا العربي تسير مصر على طريق إدمان الانترنت فهي تمتلك واحدا من أسرع معدلات النمو في عدد مستخدمي الإنترنت في الشرق الأوسط ويتوقع الخبراء أن تشهد السنوات الخمس القادمة نمواً كبيراً في أعداد مستخدمي الانترنت يربو على عشرة أمثال ما كان موجوداً.

هذا النمو المتزايد الذى يشهده عالم الإنترنت لا يفرق بين الكبار والصغار وقد أرجع الباحثون السبب الرئيسي في ازدياد إقبال الأطفال على الإنترنت إلى ارتفاع عدد الأمهات اللائي يدخلن الشبكة العالمية لكن هذا الإقبال المتزايد للأطفال على شبكة الأنترنت لم يخل من الأخطار فقد اختلف زمن الأبناء عن زمن الآباء فصار بإمكان أطفالنا ممارسة العديد من الانشطة العصرية كالمحاورة مع الأصدقاء وإرسال الرسائل الفورية والاستماع إلى

الكثير من الصوتيات على الإنترنت بالإضافة إلى مشاهدة الأفلام وممارسة الكثير من الألعاب؛ فالإنترنت وسعت عالم الأطفال ومداركهم ووضعت بين أيديهم مختلف المعلومات الوافدة من أنحاء العالم كافة فهي تثرى حياتهم بصورة عامة.

غير أنه في ظل غياب الرقابة الأبوية على الأطفال يزداد حجم المخاوف الناجمة عن الإنترنت وهو ما أكدته دراسة بريطانية نشرها مركز بحوث أوروبا انتهت إلى أن واحداً من بين كل سبعة آباء في بريطانيا ليس لدية أي فكرة عما يتعرض له أطفاله بالدخول إلى عالم الإنترنت وفي الولايات المتحدة الأمريكية قامت دراسات في عام ١٩٩٥ م بتوثيق مليون من الصور الإباحية للأطفال على الأنترنت.

وتفيد دراسة نشرها المركز الوطني للأطفال المفقودين في ٢٠٠٠م بأن واحدا من كل أربعة أطفال يستخدمون الأنترنت يقاد (دون قصد منه) إلى مواقع للصر الإباحية ومن ثم أضحى من المألوف أن نقرأ الكثير في وسائل الإعلام الغربية عن الأخطار التي تهدد الأطفال نتيجة استخدام الإنترنت مثل التخريب وإرهاب البريد الإلكتروني التهديد على الإنترنت التصوير الإباحي للأطفال وغير ذلك.

ومن المؤسف أن المواقع العربية على شبكة الإنترنت لم تول عناية مناسبة للطفل فمواقع الأطفال – على قلتها – تقتصر على الترفيه والصداقات وبع القصص وبعضها يتيح للطفل إنشاء صفحة ويب لكنها قلما تعتنى بالناحية التعليمية بقدر ما تعتنى بالترفيه في حين أن المواقع الإنكليزية الخاصة بالطفل تسعى إلى ربط كل أوجه حياة الأطفال بالأنترنت كالمجال الدراسي والصداقات وممارسة الهوايات والوسائل الترفيهية والمحاور مع الآخرين وإمكانات البحث والمساعدة في القيام بالواجبات المدرسية هذا بالإضافة المواقع التي تنشر بعض نماذج الأثاث والغرف والملابس والألعاب وغيرها مما يثرى حياة الأطفال وينمى لديهم القدرات الإبداعية .

ومع ضعف اهتمام المواقع العربية بالأطفال وفي ظل غياب الرقابة الأبوية يكون الحديث عن أخطار الإنترنت على الأطفال

أمرا مبررا ومهما بل إننا أطفالنا لسنا بمنأى عن خطر المواقع الإباحية وما تقدمة باستمرار خصوصاً أنها من الأعمال النشطة على الشبكة كما أن الدخول إليها سهل جداً بل إنها تبحث عن زبائن في مجال لا تحكم ضوابط أو قيود.

من هنا تجدر الإشارة إلى أنهينبغي على الآباء توجيه أبنائهم وإرشادهم للاستخدام الصحيح للأنترنت متابعتهم في هذا الشأن كما أنه يمكن للآباء ضبط الإنترنت وتقييدها من خلال الحاسوب الخاص بهم بواسطة برامج الترشيح (الحجب) العديدة المتاحة التي تقوم بحجب الاتصال بمواقع الويب غير الملائمة مثل برنامج net nannyبالإضافة إلى برامج التصفح التي تسمح للأطفال بتصفح الإنترنت بطريقة آمنة من خلال قائمة محددة مسبقاً بالمواقع الجيدة .

الآثار السلبية لاستخدام الشباب للانترنت:

مع الأسف كان للإنترنت آثار سلبية على مستخدميها من الشباب نتيجة لما سبق ذكرة من وجود استخدامات سلبية للشبكة وما سبق ذكره من وجود خصائص لمرحلة الشباب ربما ساهمت في تسهيل وقوع الشباب في مخاطر الاستخدامات السلبية للشبكة .

وقد تنوعت آثار شبكة الانترنت السلبية على الشباب العربي إلى آثار عقدية واخلاقية ونفسية واجتماعية واقتصادية و صحية وإجرامية وبيان ذلك على النحو الآتي:

أولاً: الأضرار العقدية:

من مآسي شبكة الإنترنت ما تزخر به من مواقع تروج للعقائد الباطلة والأفكار الهدامة والدعوات الخبيثة ونتيجة لما يسود مرحلة الشباب من فضول وعدم استقرار نفسى وفكري وقع كثير من الشباب العربيفي حبائل جماعات مشبوهة تعادى الدين وتناوئ الإيمان.

ومن أشنع الأمثلة على ذلك ما وصل به الحال من بعض الشباب العربي الذين انتسبوا إلى جماعة تسمى نفسها عبدة الشيطان وقد أفادت اعترافاتهم أمام المحققين أنهم تلقوا أفكارهم وسعوا لبثها عن طريق الإنترنت.

ثانياً: أضرار أخلاقية:

لعل الأضرار الأخلاقية من أبرز السلبيات التي أفرزها دخول الإنترنت إلى واقعنا العربي إذ تفشى ارتياد المروجة للجنس من قبل الشباب العربي وقد توصلت دراسة (الفرم) إلى أن ١٣٢ % ممن شملتهم الدراسة يستخدمون الشبكة للإطلاع على مادة جنسية.

وقد أشارت دراسة في مستشفى تخصصي في المملكة العربية السعودية إلى أن ٩٣% من مستخدمي خدمة الإنترنت الموجودة في المستشفى استخدموا استخداماً غير محمود أخلاقياً.

ومما زاد الطين بلة تفشى ظاهرة مقاهي الإنترنت التي استغلت للوصل عن طريقها إلى مواقع مشبوهة فقد أشاره دراسة (القضاة) إلى أن موضوع الجنس يحتل مرتبة متقدمة من حيث اهتمامرتاديمقاهي الإنترنت متقدماً حتى على البريد الإلكتروني وقد قام أحد المهتمين من جامعة الإمام محمد بن مسعود الإسلامية بالدخول إلى سبعة مقاهي من مقاهي الانترنت وتفحص المجلد الذى تخزن فيه المواد المجلوبة من الانترنت فوجد أن جميع الأجهزة تحوى مواقع سيئة وصور فاضحة.

وفي إحصائية أجرتها مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتكنولوجيا أن نسبة محاولات الوصول إلى مواقع محظورة على الشبكة تشكل ما نسبته ٥ إلى ١٠% من مجموع الحركة على الشبكة أن معظم هذه المحاولات تتم بعد منتصف الليل وهذه الإحصائية تكشف عن مدى تفشى الظاهرة.

ثالثاً: الأضرار النفسية:

يتأثر الإنسان وبيئته ومن أهم الآثار التي نتجت عن الإنترنت ظاهرتان متقابلتان:

أ- إدمان الإنترنت:-

أفرز الاستخدام المكثف للأنترنت ظاهرة أصبحت بأنها ظاهرة مرضية وهى إدمان الإنترنت الذى يعرف بأنه : (حالة من

الاستخدام المرضى وغير التوافقي للإنترنت يؤدى إلى اضطرابات إكلينيكية) وهذه الظاهرة هي نوع من الإدمان النفسيالتي وصفت بأنها قريبة في طبيعتها من إدمان المخدرات والكحول **حيث يترتب على إدمان الإنترنت ظاهر قريبة من إدمان المخدرات من هذه الظواهر:**

١- **التحمل:** التحمل يعد من مظاهر الإدمان حيث يميل المدمن إلى زيادة الجرعة لإشباع التى كان يتطلب إشباعها لديه جرعة أقل وكذلك مدمن الانترنت فإنه يزيد من ساعات الاستخدام باطراد لإشباع رغبته المتزايدة إلى الإنترنت .

٢- **الانسحاب:** يعانى المدمن من أعراض نفسية وجسمية عند حرمانه من المخدر وكذلك مدمن الانترنت فإنه يعانى عند انقطاع اتصاله بالشبكة من التوتر النفسيالحركي والقلق وتركز تفكيره على الانترنت بشكل قهري واحلام وتخيلات مرتبطة بالإنترنت.

وينتج عن إدمان الإنترنت سلبيات كثيرة بالنسبة للمدمن نفسة مثل السهر والأرق وآلام الرقبة الظهر والتهاب العين و بالنسبة لأسرته لما تسببه من مشكلات زوجية وعدم الاهتمام بالأبناء ومشكلات في عمله نتيجة لتأخره فيأعماله ومشكلات اجتماعية لا همال المصاب به لأهلة وأقاربه.

وقد تنبه الباحثون في الغرب لهذه الظاهرة فأنشئت مراكز خاصة لبحثها وعلاج المصابين بها.

ب- رُهاب الإنترنت:-

هذه الحالة هي عكس الحالة السابقة حيث يسيطر على صاحبها القلق من استخدام الأنترنت نظراً لما يخشاه من أضرارها ويتطور هذا القلق ليصبح في صورة رهاب يمنعه من الاقتراب من الشبكة واستخدامها الاستخدام الصحيح مما يترتب عليه تأخر المصاب بهذا الرهاب في دراسته وفي عمله إذا كانت دراسته وعمله مما يتطلب استخدام الإنترنت.

رابعاً: أضرار اجتماعية:

✍ **حملت الإنترنت مخاطر اجتماعية جدية ومن هذه المخاطر:**

أ- فقدان التفاعل الاجتماعي:-

يخشى كثير من الباحثون أن تؤدى الإنترنت إلى غياب التفاعل الاجتماعى لأن التواصل فيها يحصل عبر أسلاك ووصلات وليس بطريقة طبيعية .

كما أن استعمال شبكة الإنترنت يقوم على طابع الفردية حيث بدلاً من أن يقوم الفرد بالنشاط كالتسوق ومشاهدة البرامج الترفيهية مع أسرته أصبح يقوم به بمفرده على شبكة الإنترنت مما يخشى معه من نشوء أجيال لا تجيد التعامل إلا مع الحاسب الآلي.

وقد أشارت دراسة أجرتها مجلة عالم المعرفة إلى أن ٤٠ % من الشباب الذين شملتهم الاستطلاع أفادوا أن شبكة الإنترنت أثرت عليهم من الناحية الاجتماعية وجعلتهم أكثر انفراداً.

لكن الاستخدام المعتدل للأنترنت لا يولد مثل هذا الأثر إذ لم تشر أي من الدراسات الحديثة في هذا المجال إلى مثل هذا التأثير بل إن الاستخدام المعتدل للإنترنت يدعم العلاقات الاجتماعية لأن الإنترنت وسيلة اتصال وهى بذلك يمكن أن تساعد على تواصل الأهل الأصدقاء وإن نأت بهم الديار.

ب- التأثير على القيم الاجتماعية :

ينشأ الشاب في ضوء قيم اجتماعية خاصة تكن بيئة الجماعة الأولية لكن في ضوء ما يتعرض له الشاب خلال تجواله في الأنترنت من قيم ذات تأثير ضاغط بهدف إعادة تشكيله تبعا لها بما يعرف في مصطلح علم النفس بتأثير الجماعة المرجعية مما قد يؤدى إلى محو آثار الجماعة الأولية عليه مما يفقده الترابط مع مجتمعه المحيط به يعرضه للعزلة والنفر ومن ثم التوتر والقلق.

ج- الإساءة إلى الأشخاص:-

سبق الحديث عن استخدام الإنترنت في التشهير والمضايقة وأن هذا من الاستخدامات السلبية للإنترنت.

فالإنترنت وسيلة إعلامية ذات اتصال جماهيري واسع لذلك استغلت على نطاق واسع في حملات التشهير بكثير من الشخصيات الاجتماعية.

وهذه الظاهرة مع الأسف متفشية في مجتمعاتنا العربية ويكفي زيادة لأى من المنتديات العربية الموجودة على الشبكة لتجد صنوفا من الإساءات الشخصية التيتوجه إلى أشخاص في مواقع المسؤولية وهذا في الحقيقة ظاهرة تستحق المعالجة لأن النقد شيء والتجريح شيء آخر .

د- **<u>تكوين علاقات بين الجنسين عن طريق الإنترنت</u>**:-

من المعلوم أن المجتمعات العربية مجتمعات لها خصوصيتها النابعة من دينها الذى هو أساس تفرها ومعيار ثقافتها وبما تقدمة الإنترنت من وسائل اتصالية أصبحت وسيلة لتكوين علاقات غير بريئة بينن الجنسين وفي دراسة أجرتها شعبة الحاسب الآليفي إدارة تعليم الرياض ذكر ٥٨% من طلاب المدارس الثانوية التي تم استجوابهم أنهم كونوا علاقات من خلال الإنترنت.

وقد أظهرت دراسة (القضاة) أن مصادقة الجنس الآخر من أهم مظاهر تأثير الإنترنت على المستخدم بنسبة ٣٤.٥% كما توصلت دراسة (الفرم) إلى أن ١٥.٦% ممن شملتهم الدراسة يستخدمون الشبكة للبحث عن علاقات وصفت بأنها رومانسية.

وهذا يعطى مؤشراً على الآثار الاجتماعية للإنترنت لأن مجتمعها يضم خليطا غير متجانس من الشخصيات .

هـ- **<u>خلق صداقات جديدة للشباب</u>**:

يميل إلى تكوين الصداقات والانترنت توسع من الخيارات المطرحة أمام الشاب وتيسر من اتصاله بأصدقائه ولئن كان هذا الأثر لم يصل إلى الآن إلى القدر المطلب من الايجابية لأن الصداقة قد أفرغت من معناها السامي إلى معان عبثية إلا أن الوعى السليم والاستخدام الرشيد للانترنت سوف يساعد الشاب على توجيه اهتمامه إلى الصالحين دينيا والملتزمين أخلاقياً.

<u>الإنترنت ومخاطرها على الشباب</u>:

الشباب هم عمد كل أمة وسبيل نهضتها وهم القوة البناءة في سلمها ووقود دفاعها عن نفسها وهم الأمل كذلك وفي مقابل ذلك هم

الهدف الذى يصوب الأعداء سهام مكرهم للنيل منها وأسلحتهم في ذلك وسائلهم متعددة وأهمها وأخطارها الاعلام الذى تطور في هذا العصر بخطوات متسارعة مذهلة وغدت وسائلة – من صحافة وإذاعة وتلفاز كتاب ومجلة ومسرح وأخيراً "الانترنت" هي القوة المهيمنة على عقول وأفكار الناس عموماً والشباب على وجة الخصوص.

لم يكن الحديث عن الانترنت لسنوات مضت بالقوة التي هي عليها اليم فقد بدأ للكثيرين في حينه أن الأمر لا يعدو كونه ثورة سريعة سرعان ما تخمد جذوتها لتعود الحياة إلى مسارها الطبيعي المعتمد على الورقة والقلم .

وكانت فئة الشباب هي أكثر الفئات التي تفاعلت وتأثرت مع هذه الوسيلة الإعلامية الجديدة فقد انتشرت شبكات " الانترنت " في جميع بلدان العالم بما فيها بلدان العالمين العربيوالإسلامي .

والمتأمل في هذه الثورة المعلوماتية يجد أنه على الرغم ما حملته معها هذه الثورة من منافع ومصالح حملت معها في الوقت نفسة مقدارا من المفاسد الاجتماعية والخلقية والدينية وخاصة على شريحة الشباب وتحديدا الشباب العربي.

- المشكلة وأسبابها:

باتت شبكة "الانترنت" وما تحملهفي طياتها من مواد خلاعية وصور فاضحة تشكل خطراً كبيراً على شريحة الشباب العربي حيث أخذ كثير منهم يستهويه الدخول على مواقع "الانترنت" باحثين – غالباً – على ما يثير شهواتهم ويحرك غرائزهم وهم يقضون في ذلك أوقاتاً مديدة تستنفد طاقتهم الجسمية والروحية وتوتر علاقاتهم الأسرية والمجتمعية وعلى الرغم من جميع الجهد التي تقوم بها الجهات المختصة بحجب المواقع الخليعة إلا أن تلك الجهود لم تستطيع الحد من المشكلة وبالتالي لم تستطيع تجاوزها والتخفيف من آثارها السلبية الفرد وعلى المجتمع وعلى الأمة بأسرها.

ولعل من أهم الأسباب التي تدفع بالشباب إلى دخول مواقع الإنترنت حب الاستطلاع حيث يدفعهم هذا الحب إلى البحث عن محتويات هذه المواقع فيقفون في أثناء ذلك على الغث السمين

والضار والنافع والصالح والطالح ولما كان كثير من شبابنا وهذا مما يؤسف له – ليس لديهم الزاد المعرفيوالتربوي الذى يحصنهم ويحميهم من المواقع المشبوهة والمثيرة نجدهم يقعون فريسة في مصيدة المواقع الفاسدة والمفسدة.

ومن الأسباب الدافعة لشابنا إلى الدخول على مواقع الانترنت والإدمان عليها الإعراض عن القراءة والمطالعة حيث إن هذا الإعراض شكل فراغاً خطيراً لدى الشباب دفعهم إلى أن يملئوه بالدخول على مواقع الأنترنت للتسلية وإضاعة الوقت .

كما أن عدم ممارسة الشباب للرياضة يعد سببا رئيسا لا يمكن إغفاله ونحن بصدد بحث هذه المشكلة حيث إن كثيرا من الشباب وجد الجلوس وراء شاشة الحاسوب " الكومبيوتر " وتصفح مواقع الإنترنت أمراً أيسر من ممارسة أي نوع من الرياضة التي تفيده جسمياً وعقلياً.

- المنتديات الوهمية:

الأصل في المنتديات أن تكون مكانا يلتقفيه الناس وخاصة أصحاب الفكر والثقافة يتبادلون فيها الخبرات العلمية والعملية غير أن المنتديات عبر "الإنترنت" غالباً ما تكون مكانا للكذب والجل الخداع وتشوية الحقائق ولعل ظاهرة اصطياد الفتيات في المنتديات ليست عن مسامعنا ببعيد.

ويصرح بعض الشباب المدمنين على دخول " الإنترنت " بأن الاستفادة مما تحوية المنتديات الإلكترونية يكون نسبيا وأن الأشياء التي تحتوى عليها نادرا ما تكون صحيحة وغالبا ما تكون وهمية ليس لها أى قيمة أو وجد واقعى بل إن بعضهم يحاول من خلال تلك المنتديات نشر الفتن ويسعى لتشكيك الناس في عقائدها ويجتهد لزعزعة إيمانها .

- المقاهي الفارغة:

مع انتشار الشبكة العالمية "الانترنت" ظهرت مكملات تلتصق بهذا الإنتشار منها ما يسمى بمقاهي "الإنترنت" إلى استمالت إليها طائفة كبيرة من الناس غالبيتهم العظمى من الشباب الذين انجذبوا إلى ذلك الفضاء الفسيح بكل قوة حتى أصبح ارتياد الشباب لها ظاهرة جديدة تستحق البحث والتحليل والعلاج .

والخطير في الأمر أن تصبح هذه المقاهي أوكارا للاستخدام من قبل كثير من رواد هذه المقاهي ذلك من خلال الدردشة لأجل الدردشة فحسب والنفاذ إلى المواقع الجنسية بعيدا عن الرقابة الأسرية والمجتمعية .

هذا وقد دلت الإحصائيات التي أجريت بهذا الصدد أن معظم مرتاديمقاهي الأنترنت هم من الشباب فقد أثبتت إحصائية زرعتها مجلة خليجية على عدد من مقاهي " الإنترنت " أن ٨٠% من مرتادي هذه المقاهي أعمارهم أقل من ٣٠ سنة وأن أكثرهم يستخدمنه استخداماً سيئاً وفي استبانة أجرتها إحدى المجلات عن نوعية المواقع التي يدخلها الشباب فيالمقاهي كانت النتيجة أن (٦٠%) يقضون أوقاتهم في مواقع المحادثة و (٢٠%) من المستخدمين للمواقع الثقافية و (١٢%) للمواقع الطبية والحاسوبية والتجارية و (٨%) للمواقع السياسية .

وهذه الإحصائيات خطيرة فكون معظم مرتاديالمقاهي من الشباب ومن فئة عمرية تحديداً أن معظمهم يرتاد هذه المقاهي للدردشة ومشاهدة الصور الإباحية فإن الظاهرة هنا تصبح خطيرة تستدعى إيجاد بدائل يمكن للشباب أن يقضوا أوقات فراغهم فيها بدلاً من إضاعة المال والوقت والأخلاق بما يضر ولا ينفع.

♦ اعترافات صارخة ووقائع مخزية:

كان شاب يستصرخ أهل المروءات ليجدوا له حلا لمصيبته كان في صيانه تعفف حتى سول له إبليس أن ينظر إلى صور العاريات – كان أول مرة من باب الفضول وحب الاستطلاع لا غير- لكنه غرق في الوحل ومنذ أول لحظة تعلق القلب بهذه البلية حتى صار يومه كله أمام " النت " يبحث عن الجديد والعجيب والنفس لا تكاد تكف عن طلب المزيد حتى فسدت علية حياته وتأخر فيدراسة وضعف بدنه وكاد قلبه أن يتلف وكلما أراد التوبة غلبته الشهوة فعاد إلى ما كان بل أشد.

وهذه فتاه ظلت نفسها داعية فدخلت أحد المنتديات تدعو إلى الله بحسب زعمها ولكن ما كان لإبليس أن يتركها وشأنها بل جرها في خطوات إبليسية لتفتح حوارا مع مشرف المنتدى ثم تكلمه على "الماسنجر" ثم على الجوال حتى تمكن من قلبها فلم تعد تستغنى عن

لقائه وبعد أن كانت مدفعة بالدعوة صارت حبيسة الحب وصريعة الهوى كما تقول هى نفسها عن نفسها هذا مدمن آخر على مواقع " الأنترنت "يتحدث عن تجربته فيقل" لقد فعلت كل شيء عبر الإنترنت وكنت أعتقد أننى بذلك نلت كل حريتي لكنني سرعان ما اكتشفت أننى مخطئ"

هذه نماذج قليلة وغيض من فيض أنها قسس تكرر مع المئات بل مع الآلاف من الشباب والشابات ولو أغلقا الباب من أوله لكانت السلامة.

♦ الآثار المدمرة:

أكدت دراسة علمية أجريت على شريحة عشوائية من الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين (١٥) و (٣٥) عاما حول وجود تأثير لـ" الإنترنت " على مفردات اللغة المتداولة بين الشباب على مواقع الإنترنت وغرف المحادثة وأظهرت نتائج تلك الدراسة أن محادثات الشباب عبر الانترنت تهدد مصير اللغة العربية في الحياة اليومية لهؤلاء الشباب وتلقى بظلال سلبية على ثقافة وسلوك الشباب العربي بشكل عام .

وأقر بعض المتهمين بهذا الشأن بجد تأثير ملحوظ للإنترنت على عادة القراءة لدى الشباب العربي سواء قراءة الكتب أو الصحف المجلات مشيراً إلى أن درجة الاستفادة من "الإنترنت" أو الكتب تتوقف على وعى الشباب واستعدادهم للتحصيل المعرفي والكسب الثقافي.

✍ **وعلى الجملة يمكن أن نشير إلى جملة من الماطر التي تهدد شبابنا العربيوالإسلامي جراء استخدام وسيلة "الانترنت" بشكل سلبى:**

١-تضييع أوقات الشباب في غير منفعة.
٢- الإصابة بالأمراض النفسية.
٣- الغرق في أوحال الدعارة والفساد.
٤-التعرف على أساليب الإرهاب والتخريب.
٥- التعرض لدعوات التنصير والتهويد والمذاهب الهدامة.
٦-انهيار المجتمع بانهيار فئة الشباب فيه

الأطفال وخطر الدردشة على الإنترنت [1]:

مازال الأطفال يجرون مقابلات شخصية مع من يتحدن إليهم عبر غرف الدردشة وذلك على الرغم من التحذيرات المتكررة حول أخطار هذه الطريقة في التعارف فقد أوضحت دراسة أن نحو ٦٠ بالمئة من الأطفال الذين يدخلون هذه الغرف بهدف التعارف يجهلون هوية من يتحدثون إليه.

♦ خطر:

وقالت راشيل أوكونيل رئيس فريق البحث في وحدة أبحاث الإنترنت في جامعة لانكاشاير المركزية الذى قام بالدراسة إن الجانب الإيجابي في الدراسة يتمثل في ان غرف الدردشة بدأت تفقد إقبال العديد من الأطفال.

وقالت أوكونيل: (هناك انخفاض في العدد الكلى لمستخدمي غرف الدردشة لكن هذه النسبة تزايدت بالنسبة لغرف الدردشة التي تؤدى في النهاية إلى إجراء لقاءات شخصية".

وأوضحت أوكونيل: أن الدراسات تلاحقت في الاهتمام باتجاهات ونفسية الأطفال والمراهقين اذين لا يزالن يستخدمن غرف الدردشة.

وقال أوكونيل: "أصبح لدينا خلفية عن حياة هؤلاء الأطفال نحن نتعامل مع مجموعة الأطفال بفهم معين ومجموعة معينة من السلوك."

وقالت أوكونيل إن العديد من الأطفال الذين لا يزالون يستخدمون غرف الدردشة يتعرضون للعديد من المخاطر علاوة على أنهم لا يتقيدون بموانع اجتماعية وعلى الأرجح يتجاهلون التحذيرات بهذا الشأن ويلتقون بالأشخاص الذين يتحدثون إليهم عبر الإنترنت.

وقد أوضحت الأرقام التي جمعتها هيئة الشرطة الوطنية اليابانية المعينة بشؤون الجرائم المرتبطة بأخذ مواعيد عبر الإنترنت ومواقع الدردشة أن المخاطر حقيقية.

---

١) مجلة ولدى ٢٠٠٩م

وأوضحت هذه الأرقام أن جرائم الأطفال المرتبطة بمواقع أخذ مواعيد للقاءات الشخصية بين عامي ٢٠٠١ و ٢٠٠٢ ازدادت بمعدل ١٩٠ بالمئة.

وحذت أوكونيل من أن الطريقة المثلى في تغيير سلوك هؤلاء الأطفال ليست في محاولة منعهم من استخدام غرف الدردشة لأن هذه الطريقة قد تأتى بنتائج سلبية وتجذبهم أكثر إلى استخدام هذه الغرف بدلاً من تجنبها.

وأشارت أوكونيل إلى أنه بدلاً من ذلك فإن الآباء بحاجة إلى مشاركة أطفالهم فيما يفعلونه على الأنترنت.

وقالت أوكونيل: "الآباء يشاركون الأبناء في صداقاتهم التي يصنعونها خارج نطاق الأنترنت وهم الآن بحاجة إلى نفس الرعاية فيما يخص أصدقائهم على الإنترنت أيضاً."

وأوضحت أوكونيل أن البحث نجح في إنتاج وسائل يمكن للمدارس استخدامها في اكتشاف الأطفال الذى قد يكونون أكثر عرضة للخطر.

أظهرت الدراسة أيضاً أن أى نصيحة تعطى للأطفال يجب أن تتناسب أيضا مع الأعراض المختلفة التي تستخدم فيها شبكة الإنترنت.

وقالت أوكونيل: إن البحث أظهر أن عددا أقل من الأطفال يعطون تفاصيل شخصية في غرف الدردشة لكن عددا أكثر كان يضع هذه التفاصيل في رسائل البريد الإلكتروني.

- التصفح الآمن:

وتم الإعلان عن النتائج المؤقتة للبحث كى تتزامن مع الاحتفال "بيوم الإنترنت الآمن" الذى تقدم من خلاله النصيحة للآباء القلقين بشأن ما يقوم به أطفالهم على الإنترنت والذى يجمع أيضا عدداً من المنظمات والكالات التي تعمل في تعليم وتوجيه الأطفال حول الشبكة.

وتم الاحتفال بهذا اليوم في ١٦دولة حيث تم عرض مواد تربوية قامت المدارس بتطويرها بالإضافة إلى المبادرات التي تحاول جعل الأطفال يتحملون مسؤولية استخدامهم لشبكة الإنترنت.

وعقد أحد هذه المؤتمرات في المكتبة البريطانية في لندن لتجميع العديد من المنظمات التى اشتركت في جعل الإنترنت أكثر أماناً. وأبرز المؤتمر أيضاً مساهمات الأطفال حول تجاربهم مع الإنترنت.

وقالت أوكونيل: إن هذا الاحتفال كان مشجعا لأن العديد من المنظمات تجمعت لمساعدة الأطفال الذين يستخدمون الشبكة بأمان.

مخاطر الإنترنت واستغلال الفتيات عن طريقه[1]:

✍ **هذه بعض الحالات الاستغلالية التي تعرضت لها بعض الفتيات عن طريق الإنترنت:**

✓ الحالة الأولى:

تعرفت دلال على فتاة أخرى تدعى سامية عن طريق الشات ونشأت بينهن صداقة استمرت لسنتين وزاد من قوة تلك الصداقة التساوي في أعمارهن وتقارب وجهات النظر بينهن.

ومع مرر الوقت نشأ خلاف بينهن بسبب عدم حفظ الأسرار وحدثت فتنة بسبب صديقات أخريات فكرت سامية في الانتقام وقامت بنشر صور دلال على الإنترنت.

✓ الحالة الثانية:

اشترى أبو حنان لابنته لاب توب بمناسبة قبولها في الجامعة فما كان منها إلا أن اشتركت في إحدى الشركات المزودة للإنترنت ولم تكن لها خبرة سابقة ومعرفة بمخاطر الإنترنت.

ولهذا فهي لم تكن تعرف بأهمية وجود برنامج حماية على جهازها فقام أحد المتطفلين باختراق جهازها واستغل الهكر وجود صور شخصية لها على الجهاز وقام باختراق البريد الإلكتروني الخاص بها وتجسس عليها فترة طويلة عن طريق معرفة الكثير من أمورها الشخصية ومحادثاتها مع صديقاتها.

وبدل أن ينصحها بتركيب برنامج حماية ووضع كلمة سر صعبة لبريدها الإلكتروني انتهى الأمر بالهكر إلى تهديد حنان وابتزازها حيث إنه كان مراهقاً ولا يعرف من المسؤوليةأى شئ إضافة إلى قلة وازعه الديني.

---

١) موقع أخوات الإسلام .

الحالة الثالثة:

اشتركت فاطمه في أحد المنتديات الثقافية على الإنترنت وتفاجأت بالمخزون الثقافي الكبير الذى تحتية بالإضافة إلى أمكانية المناقشة في كثير من المواضيع المتنوعة وبدون معرفة شخصيتها وذلك عن طريق المشاركة بأسماء مستعارة .

مع مرور الوقت أعجبت بشخصية أحد الشباب حيث إنه كان يعتمد المزاح معها ومحاولة إغضابها والنيل منها ومن ثم يقوم بالاعتذار منها وهكذا.

انتهى بها الحال إلى الوقوع بشباكة فقام بإرسال بريدة الإلكتروني لها حتى يكون التواصل بينهما حيث أستغل خاصية الرسائل الخاصة وهى بدورها لم تصدق ذلك

أخذت البريد الإلكتروني وترددت في إضافته في قائمة المسنجر بسبب التحذيرات الكثيرة التى أعطاها إياها والدها ومنعه لها من إضافة الشباب قررت أن تضيفهبداعي التسلية فقط واعتبارها له كأخ .

مع مرور الوقت أصبحت علاقتهما خارجة عن إطار الإخوة حيث إنها وثقت فيه وقامت بإعطائه أسرارها وتشاركت معه في الحديث عن أمور خاصة كان هو يستمتع بما يحدث ويتسلى بها وانتهى بهم الحال إلى التعرف على بعضهما عن قرب والخروج إلى المطاعم فما كان منه إلا الهروب بها إلى مكان مغلق خارج المدينة وفعل بها الفاحشة ومن ثم هددها وقام بابتزازها.

✓ الحالة الرابعة:

اشترك خالد في أحد المنتديات النسائية ولم يكون هدفه الإفادة بل عمد إلى المشاركة بعضوية مؤنثة وقام بمشاركة الفتيات في النقاش عن أمورهن الخاصة مع مرور الوقت نشأت صداقة بينه وبين إحدى الفتيات وننتهى الأمر بابتزازها.

الإنترنت وسلامة الأطفال [1]:

من السهل جداً أن نقول أشياء فظيعة عن الناس على مواقع الأنترنت لقد كانت تجربتي مؤلمة في السنه الدراسية العاشرة

---

١) صحيفة الشرق الأوسط – العدد ١١٠٠٩ – الأحد ٢١ محرم ١٤٣٠ه ١٨ يناير ٢٠٠٩م .

بالمدرسة حيث يعانى العديد من الناس من (بلطجة) الانترنت التي تمتد تأثيراتها إلى المدارس عندما يفعل الأصدقاء ذلك فإنه أمر أفظع لأنه يسبب لك الكثير من الإزعاج ويجعلك لا ترغب في الذهاب إلى المدرسة بالمرة " هذا الاعتراف لفتاة تبلغ من من العمر ١٥ سنه من كارديف ببريطانيا نشر في تقرير بايرون عام ٢٠٠٨م .

إنشاء شبكة الإنترنت يعد واحداً من أكثر الاختراعات المدهشة والعبقرية في العالم عبر الإنترنت أصبحنا قادرين على الاتصال بكل مكان ومن أى مكان للاكتشاف والتعلم والتواصل الإنترنت الآن لديها تأثير كبير على المجتمع ويعتقد أنها أصبحت أداة للتعليم والمعلومات والترفيه والاتصالات في دراسة أجرتها الدكتورة تانيا بايرون اختصاصية علم نفس الأطفال وتنمية الطفل بتكليف من رئيس الوزراء البريطاني ظهر أن في بريطانيا وحدها ٩٠% من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٥-١٦ ولديهم جهاز كومبيوتر في المنزل وفي دراسة أجريت عام ٢٠٠٥ ظهر أن ٣٢% من الآباء يعتقدون أن شبكة الإنترنت تخضع لنظم وقوانين وبقدر في أميركا أن ١٧ مليونا من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢و ١٧ عاما يستعملون الإنترنت أي ٧٥% من الشباب وتشير الدكتورة تانيا في تقريرها إلى أن المشكلة تكمن في أنه على الرغم من أن الكبار لديهم قدرة غريزية على حماية أطفالهم فإنهم يفترضون أن قدرات أطفالهم التقنية ومعرفتهم بالأمور التكنولوجية ستمكنهم من الاعتناء بأنفسهم على الإنترنت ولكن المعرفة ليست كالحكمة.

<u>ما فوائد الإنترنت؟</u>

- للإنترنت العديد من الميزات التي تفيد الاطفال والبالغين على السواء بعض فوائدها للأطفال تشمل ما يلى:

١- أنها مصدر للمعلومات والمعرفة.
٢- أنها أداة تعليمية حيث يمكن مشاهدة وتعليم المعارف المفيدة.
٣- أنها مصدر للتسلية من خلال الألعاب على الانترنت والشبكات الاجتماعية.
٤- أنها مصدر للحصول على المعلومات عن العطلات أو الأماكن المناسبة لقضاء يوم أسرى خارج المنزل.

٥- أنها مصدر لتبادل البيانات مع غيرهم من الأطفال مثل الفيديو والموسيقى والصور.
٦- أنها وسيلة اتصال للأطفال المعوقين حيث يمكن أن يتحصل الأطفال الصم على معلومات من الانترنت ويمكن أن يلقوا مع أصدقائهم ويتحدثون بلغة الإشارة عبر كاميرا الويب.
٧- أنها طريقة اتصال عبر البريد الإلكتروني والرسائل الفورية مع الأصدقاء العائلة.

✍ لماذا يمكن أن تشكل الإنترنت خطرا على طفلك؟

على الرغم من مزاياها العديدة فإن عالم الإنترنت مخفوف بالخطر على الطفل وبالتالي يمكن أن تكون مصدر خير وشر على حد سواء لأنها تشبه "صندوق الباندورا" (كما في الأساطير اليونانية) الذى عندما فتح بابه خرجت كل الشرور والأمراض بالإضافة إلى الأمل بعض أهم الأخبار **تشمل ما يلى:**

١- **الاتصالات**: قد تسهل الاستغلال الجنسي للأطفال من ذوى النفوس المريضة عن طريق علاقات أو مراسلات سرية .
٢- التعرض لمواضيع لا تناسب سن الطفل حين ينزل الأطفال دون السن القانونية مواد غير ملائمة أو مزعجة أو مشاهد عنيفة مع العلم بأن هناك مواقع قد تمجد استخدام المخدرات أو الكحول أو العنف أو غيره من السلوكيات الخطرة وبخاصة للفئات الضعيفة من الأطفال .
٣- **البلطجة السيبرية (**Cyberspace): تخويف الأطفال من قبل الأطفال الآخرين من خلال التكنولوجيات الجديدة على نحو مؤلم ومزعج للطفل
٤- **الصور والأفلام الممنوعة:** من خلال الإنترنت هناك ارتفاع في سوق صور الاعتداء على الأطفال والصور الاباحية والتي يمكن أن تسبب خطراً على الأطفال.

بعض مجالات الاهتمام الرئيسية للطفل في شبكة الإنترنت:
غرف أو مواقع الدردشة والرسائل الفورية: في بعض المواقع يستطيع الناس التخاطب المباشر مع الآخرين الدردشة تشمل شخصين أو أكثر بكتابة التعليقات ذهاباً وإياباً مثل المحادثة ومخاطر الدردشة هى أنك لا تعرف مع من تتكلم في الشاشة ويمكن لأى شخص أن يدعى أنه في عمر طفلك وهنا يجد بعض ذوى النفوس المريضة لعقد صداقات مع الأطفال ومحاولة اللقاء بهم أو الحصول على صور أو تفاصيل شخصية عنهم .
محركات البحث على الإنترنت: مثل هذه المواقع وجدت لمساعدة الناس على إجراء عمليات البحث مثل غوغل ولايف وياهو وغيرها وقد يتمكن الطفل في بعض الأحيان من الدخول عن طريق الخطأ لمواقع عن طريق محرك البحث تحتوى على مواد ضارة أو غير مناسبة للأطفال وأفادت دراسة قامتبها منظمة " تشايلدوايز " البريطانية أن ٣٢% من الأطفال والبالغين في بريطانيا دخلوا عن طريق الخطأ لمواقع إباحية على الإنترنت عبر محركات البحث.
يوتيوب: موقع به كميات ضخمة من مقاطع الفيديو بعض المقاطع التي يفترض أن تكون للأطفال بها مشاهد غير ملائمة لهم.
البلطجة السيبرية: كما ذكرت الطفلة من كارديف البلطجة السيبيرية هي عبارة عن التحرش بالأطفال عبر الانترنت عادة ما يكون الأطفال يعرف بعضهم بعضا سواء في المدرسة أو من خلال مختلف المواقع الاجتماعية وغرف الدردشة وبعضهم قد يسئ أو يعتدى على الطفل حتى يشعر الطفل بالإحباط ويفقد احترام الذات وثقته بنفسة والمشكلة مع البلطجة السيبريةهي أن أي طفل يمكن أن يفعلها للآخرين لأنه يشعر بأنه محمى وراء الشاشة.
الشبكات الاجتماعية: مواقع مثل " فيس بوك" و"ماى سبايس" أصبحت مكانا عاما يمكن للناس أن يلتقوا فيه وأن يتواصلوا من خلاله قد يضع الأطفال بعض تفاصيل حياتهم الشخصية أو صورا في هذه المواقع لتبادلها مع أصدقائهم ولكن المشكلة هي أنها ليست في مأمن أى شخص قد يستطيع أن يصل إليها .

إدمان الإنترنت: يمكن أن يهتم الأطفال في بعض الأحيان بالكومبيوتر على حساب جوانب أخرى من حياتهم وبعض المشكلات المرتبطة تشمل عدم النوم أو تناول الطعام بشكل منتظم وتجاهل الدراسة وانخفاض الأداء المدرسي وتأثر العلاقات الأسرية.

✍ ماذا يمكن أن يفعل الآباء؟

كما رأينا هناك العديد من المزايا لاستخدام الإنترنت للطفل ولكن للأسف هناك أيضا مشكلات تتعلق باستعمال الإنترنت كآباء وأمهات لا يمكننا أن نمنع أطفالنا من استخدام الإنترنت خصوصا أنه غنى جدا بالفوائد ولكن علينا أن نكون واعين وحذرين في ما يقومون به وهم على الإنترنت إن العالم ليس بالمكان الآمن لصغار ولكن كما قالت الدكتورة تانيا بايرونفي تقريرها "**هل ستترك طفلك يعبر الطريق بمفردة؟**" على الأرجح سترد ب لا على هذا النحو تأكد من أن طفلك يعبر طريق الإنترنت الطويل والتعرج بأقل ضرر ممكن فليتمتع بما يحمله الطريق من جمال ولكن كن الأكينالتي تضمن عبوره بسلام.

✍ اقتراحات تجعل طفلك في مأمن من مخاطر الإنترنت:

١- حاول أن تتعلم تكنولوجيا الإنترنت إن لم تكن ملما بها من أجل سلامة طفلك وحتى تتمكن من توجيهه إلى الطريق الآمن .

٢- حاول أن تعرف متى يستخدم طفلك الإنترنت وحدود أوقاتا معينة لاستخدامها لكى تتمكن من الإشراف عليه .

٣- أبق الكومبيوتر بعيدا عن غرفة نوم طفلك بحيث تستطيع دائما أن تكون بجانبه إذا كانت هناك أى مشكلة .

٤- لا تسمح لطفلك بإعطاء المعلومات الشخصية بما فيها الاسم والعنوان والمدرسة ورقم الهاتف أو الصور الفتوغرافية وخصوصا في غرف الدردشة .

٥- استخدم التكنولوجيا لمساعدتك على حماية طفلك البرمجيات الراصدة تعطيك القدرة على استعراض استخدام طفلك للإنترنت حتى لو كنت لا تنظر إلى كل بريد إلكتروني أو الرسائل الفورية سيكون لديك فكرة جيدة إذا كان يعمل بخيارات حكيمة على شبكة الإنترنت .

تحدث بصورة منتظمة مع طفلك عما يقم به ومع من يتحدث عبر الإنترنت .

٦- علم طفلك أن لا يفتح رسائل البريد الإلكتروني والملحقات إلا إذا كانت من أشخاص يعرفهم ويثق فيهم لأنها قد تحتوى على فيروسات أو مواد غير ملائمة .
٧- شجع طفلك على إخبارك إذا شعر بعدم الراحة من شيء ما على شبكة الإنترنت أو في غرف الدردشة .
٨- لا تمنع طفلك من استخدام الإنترنت فكما يقال " الممنوع مرغوب" ولكن اسمح له باستخدامها ضمن قواعد معينة
٩- شجع طفلك على اكتساب طرق أخرى للتسلية والأنشطة مثل القراءة وممارسة الرياضة حتى لا يقضى كل الوقت في غرف الدردشة وأمام الكومبيوتر يتصفح الإنترنت .

✍ **أطفال يتعلقون بالأنترنت ...وأمهات قلقات من صداقة لا يمكن تجاهلها[١].**

غريب دخل حياتنا ... رحبنا به ومنحناه كل الاهتمام أمنا له كل وسائل الراحة والإقامة السعيدة مد لنا يد العون في كثير من الأمر ساعد الأب في عمله والأم في تحضير طعام أسرتها أما الصغار فكانا الأكثر فرحاً به فقد ساعدهم في دروسهم وأمضا معه أجمل الساعات في اللعب والمرح بشتى أنواعه لكن الأمور ليست مشرقة دائما فالغريب " سابقا " أصبح أهم عضو فيالأسرة وسرعان ما أضحى المسيطر والمربى لكن من أي نوع من التربية؟ هذه هي القضية أو بالأحرى " المشكلة " فما يحمله كثير وعلى الأبوين الاختيار مما في جعبته ولأنهما لن يستطيعا إبعاد أبنائهم عنه فعليهما أن يقوما بالكثير من الأشياء لحمايتهم منه وجعلة كما أرادوه فالسابق "مفيداً" و "معيناً" دخول الإنترنت إلى حياتنا ربما يكون من أفضل الأشياء التى شهدتها السنوات الأخيرة لكنه أيضا كان مصدراً لأخطار لا حصر لها حال استخدامه بشكل خاطئ من قبل الكثيرين أخطار لم يصمد أمامها بعض الكبار فما بالنا بالأطفال

١) صحيفة العرب القطرية – العدد ٧٩٩١ الخميس ٢٠١٠/٤/٢٩م

الذين ما زالت عقولهم وثقافتهم وتربيتهم في إطار التشكيل إن استخدام الأطفال للإنترنت كان هاجسا للكثير من الأسر ومصدرا للقلق لدى بعضهم كيف نحمى أطفالنا من الإنترنت؟ كيف نجعلهم يستفيدون من الجانبالإيجابي منه ونبعدهم عن أخطاره؟ أسئلة تدور في ذهن الآباء والأمهات وكانت مثار اهتمام لعدد من الجهات المعنية "العرب" استطلعت آراء الأهل والمختصين ورصد بعض الجهود المبذولة في هذا الإطار .

عندما ناقشنا الموضع من الأهل وجدنا مخاوف عامة لدى الأمهات وهى مخاوف نمت عن وعى بخطورة الأمر واستعداد لتلقى النصائح والعمل بها (ي .س) وهى أم لطفلين تشجع أبناءها على التعامل مع الكمبيوتر والأنترنت خاصة الابن الأكبر طالب الصف الثالث الابتدائي وتقول: "ابنى مهووس بالإنترنت ولو تركته لأمضى معه كامل وقته لكنني أحاول السيطرة على ذلك دون أن أمنعه عنه فهو شيء مستحيل كما أن التعامل مع الإنترنت أصبح ضرورة خاصة أنه يدرس في مدرسة مستقله وتحتم علية الواجبات اليومية أن يقضى وقتاً طويلاً معه لكننيفي المقابل أهتم بأمرين أولا قمت بضمة إلى فريق رياضي بأحد الأندية لتأخذ الرياضة حيزاً مناسباً من وقته فتجعله يبتعد وقتاً كبيراً عن الكمبيوتر فضلاً عن تشاركه مع أصدقاء حقيقيين كما أن الصحة البدنية والجسمانية التي تنتج عن ممارسته الرياضة مهمة للغاية مقابل جلوسه على الكمبيوتر لوقت طويل الأمر الآخر أننى أراقب وجودة على الإنترنت دون أن يدرى لا لشيء لكن لمحاولة توجيهه نحو الأمر المفيدة ومع عدد من الأمهات صديقاتي نتشاور سويا ونتبادل مواقع مفيدة ومسابقات عربية ودلية يمكن لأولادنا الاشتراك فيها فنشجعهم عل ذلك ونجعلهم يتنافسون فيالاشتراك فيها لأننا لو فرضنا عليهم فلن يقبلوا بالمزيد من التعليم الدراسة على الانترنت."

لكن الأمر مع والدة محمد كان مختلفا فهي تترك الابن بمفره وبكامل حريته على الانترنت دون مراقبة منها بحجة أنه يعلم أكثر منها في التعامل مع الانترنت إذا راقبته سأبدو أمامه جاهلة فأنا لا أفهم كثيرا في هذا لكنني أرشده شفوياً وأحذره من الدخول على المواقع غير الجيدة وأنا واثقه من أنه ملتزم بذلك"

أم رامـز اعترفـت هـي الأخـرى أنهـا لا تتـابع أبناءهـا علـى الإنترنت والسبب فـي رايهـا " أنهم لا يدخلون إلا إلـى مواقـع ألعـاب الفلاش لا يعرفون ولا يحبون غيرها وكلها ألعاب بسيطة وبريئـة لا تسـتدعى القلـق أو المراقبـة " لكـن صـديقتها (ى.ز) تـدخلت فـي الحـديث مؤكـدة أن هنـاك الكثيـر مـن الصـور الفاضـحة والعـادات المنبوذة يتم الترويج لها عبر الإنترنت وضربت مثالا باحد المواقـع الذى وجدتـه يـروج للشذوذ الجنسـي مـع رابط لهذا الموقـع الإبـاحي "فلماذا لو أخطأ الطفل وضغط على الرابط أو دخلـه بـدافع الفضـول وه الأمـر الـذى صـعقني وقتهـا كمـا أن هنـاك مواقـع أخـرى لألعـاب الأطفـال عليهـا إعلانـات فـي الأعلـى أو المتقدمـة تظهـر فيهـا امـرأة بملابس فاضحة وجود هذه الصور أمـام الأطفـال أمـر سـيئ ولا نجد له حلاً ولا نعرف كيف يمكننا إبعادهم عنها "وأوضـحت أنهـا تحـاول السيطرة على وجد أولادها على الإنترنت قدر المستطاع من خـلال إصرارها على وجود جهاز الكمبيوتر في مكـان تجمـع الأسـرة وهـو الصالة" وليس حجرات الأولاد ولا حتى غرفة مكتب الوالد كمـا تقم على فترات بمراقبة أولادها أثناء تصفحهم دون أن تلفت النظر لذلك "حتى أطمئن تماماً عليهم فهذا الاختراع العجيب مفيد جدا لكنه أيضـا يمكن أن يؤدى إلى هلاكهم وضياعهم لو غفلت عنهم لحظة" الصـور الإباحيـة وروابـط المواقـع المخلـة بـالآداب التـي تـروج لعـادات وسلوكيات منبوذة كانت شكوى الكثير من الأمهات فأم (ن.ي) يقلقهـا كثيراً موقع "يوتيوب" فهو المفضل لدى صغارها حيث يحصلن مـن خلاله على الكثير من أفلام الكارتون والحلقات المفضلة لهم وأغـاني مسلسلات الكارتون أو الأغاني الأخرى التي يبحثون عنها "يسـتخدم أولادي هـذا الموقـع باسـتمرار وهـو أول مـا يـدخلون عليـة بعـد فـتح الكمبيوتر حتى أنهم يدخلون عليـة مـن خـلال الجـوال أو الآب بإحالـة كثيراً وبأساليب عديـدة مـنعهم مـن الـدخول عليـة لكـن دون فائـدة فهـم يجدون فيـه كـل مـا يبحثـون عنـه وأكثـر لكـن مـا يخيفنـي هـو الصـور ومقاطع الفيديو السيئة التي يحتويها هي فعلاً مشكلة كبيرة لا أعـرف كيـف أحلهـا فلـو اسـتطعت مـنعهم فيوجـودي فمـن يضـمن لـى ألا يسـتخدموا هـذه الأشـياء وهـم بعيـدون عنـى فهـم فـي مـدارس مسـتقله وغالبية يومهم يقضونه على الأجهزة كما يتوفر الانترنت على

الجوالات وفيأى مكان يذهبون إليه" وقالت أم (ن . ي): إن زوجها سأل بعض أصدقائه ونصحوه بضع أجهزة حماية على الانترنت لكنها لا تعلم إن كانت مثل هذه البرامج ستقوم بالدور المطلوب منها "لا اثق كثيراً في البرامج وغيرها لأنه – على حد علمي – يمكن التغلب عليها وخداعها لكنها الوسيلة الوحيدة المتاحة أمامنا" حملة الاتصالات وكان المجلس الأعلى للاتصالات وتكنولوجيا المعلومات قد أطلق حملة إعلامية تحت شعار "**أمنوا سلامتهم .. ولا تغفلوا فضولهم**" لنشر الوعى حل الدور الهام والفعال الذى يجب أن يلعبه أولياء الأمور في ضمان سلامة أطفالهم في الإنترنت ولتقديم نصائح مبسطة حول كيفية الإبحار في ذلك العالم المثير في أمان.

وذلك من خلال إعلانات في الشوارع والأماكن العامة وزعت على مناطق مختلفة في الدوحة كجزء من الحملة فضلاً عن إعلان فيديو يعرض في دور العرض بالدوحة وقنوات التليفزيون وإعلان صوتيفي محطات الراديو ويظهر إعلان الفيديو (مدته ٤٣ثانية) عائلة قطرية تهتم بأمر ألادها فيما يتعلق بهذا الشأن، وذلك من خلال عدة خطوات أولها: وضع برامج الحماية على الإنترنت المتوافرة وسهلة الوصول إليها مع المراقبة التى يقوم بها الوالدان فضلاً عن تحديد مدة معينة للتواجد على الإنترنت يلتزم بها الجميع وهى خطوات بسيطة على طريق ضمان سلامة الأطفال على شبكة الإنترنت مع احتضان فضولهم الذى يدفعهم لمعرفة كل ما هو نافع ومفيد على تلك الشبكة.

كما أطلق المجلس مؤخرا موقع SafeSpace.qa ليقدم نصائح ومساعدة للأطفال والوالدين والمعلمين للحماية على الإنترنت.

ارتباط الأطفال بالتكنولوجيا:

أوضح الدكتور طاهر شلتوت استشاري للطب النفسي بمؤسسة حمد الطبيعة لـ (العرب): أن أطفالنا مرتبطون بإنجازات العصر الذى يعيشنه وتقدمة " وعلينا أن نستوعب ذلك والا نفصاهم عم مثل هذه الأمور الحديثة وكما هو معروف دائماً فلكل شيء جهان والانترنت أحد هذه الأمور التكنولوجية الحديثة التي تميز بها

عصرنا الحالي وهذا يعنى أن استخدام أبنائنا لها يحتمل الوجهين علينا أن نعاونهم على الاستفادة من الجوانب الإيجابية حيث يتعرفون على وسائل الحياة الجديدة ويتطلعون إلى المستقبل ويشاركون العالم تطلعاته ولكن في الوقت نفسة علينا أن نكون حذرين بمعنى أن الشيء إذا زاد عن حده انقلب إلى ضدة حيث إنه أصبح من الملاحظ في وقتنا الحالي أن كثيرا من الأبناء والشباب والباغين أيضاً قد أصبحوا أسرى في فخ الكمبيوتر حيث إن هذه الآلة الحديثة قد تستنفذ جهدا ووقتا وطاقة على حساب حياتهم العامة بمعنى أننا إذا تصورنا أن الطاقة النفسية والذهنية للإنسان مقسمة على مجالات حياته المختلفة من مذاكرة طعام وتعامل مع الأهل والأصدقاء فإننا نجد أن بعضا من أبنائنا قد أنفق جزءاً كبيراً من هذه الطاقة على الإنترنت وهذا يحد من حسن أدائه وتواصله وحياته العامة وتعاملاته مع الآخرين."

إدمان الإنترنت:-

يتابع: (وتنحصر حياة الأبناء وجهدهم المبذل في أمور كبيرة من الحياة بل إن بعضا منهم تزداد حدة الأمر لديه عندهم لما نسميه "إدمان الانترنت" وهو مصطلح جديد ظهر في السنوات الأخيرة حيث لاحظ العلماء أن البعض – رغم معرفته بخطورة البقاء أمام الانترنت لفترات طويله – أصبح غير قادر على الابتعاد عنه وعن الشبكات التواصلية بل إنه حين يحاول أن يتوقف يشعر بالملل و الضيق الذى يدفعه مجدداً إلى الالتفاف مرة ثانية ومعاودة التواصل عبر الإنترنت وهذا في أبسط معانيه هو وجه من وجوه الإدمان وإن لم يكن على مادة مخدرة إلا أنه يعتبر ضمن مصنفات السلوك الإدمانيفالإدمان أصبح مصطلحاً ذا مفهوم موسع والتعريف الحديث للإدمان أنه السلوك الذى يقوم به الفرد سواء أكان ضارا أم نافعا ووجد العلماء أن هذا التعريف ينطبق على الإنترنت كما ينطبق على أمور أخرى كثيرة لذا على المهتمين بالتربية سواء في المدارس أو الأسر متضامين مع المهتمين بالتربية توعية الأبناء بالطرق السليمة والصحية لاستخدام الإنترنت لكى يحصل منها على الجوانب الإيجابية ويكون باستطاعتهم وقاية الأبناء من الجوانب السلبية التي

من المحتمل أن تأخذهم " ويرى د. شلتوت أن مخاطر الإنترنت بالنسبة للأطفال تكمن في كيفية الاستخدام و التعامل معها خاصة أن أكثر المستخدمين لهذه الأداة في الفئة العمرية من ٦ إلى ١٨ عاما وكان قد تحدث في ندوة موسعة معتبراً الانترنت نوعاً من "**الفيضان العالمي**" المواجه لأطفالنا لكنه في الوقت نفسة يرفض حظرة عليهم "لا أطالب بمنع الفكر عن الأطفال ولكنى أطالب بالرعاية وأن بنعد نهم الأخطار والشوائب والأفكار الشاذة التي تأتى مع هذا الفيضان الهائل من المعلومات."

وعن تأمين هذه الوسيلة لتصبح ملائمة لأطفالنا حتى نضمن تجنب تأثيراتها السلبية عليهم قال: "الأمر يتوقف على كيفية بناء سلوكيات أبنائنا بالدرجة الأولى فلابد من تحويلها إلى أداة متطابقة ومتداخلة في كافة أمور حياتنا لكن بطريقة صحيحة وعلينا دمجها في شتى مناحي الحياة لأن الإنترنت نستطيع جعلة وسيلة مفيدة وإيجابية تعود علينا بالنفع."

عبء التربية:-

كما تناول د. شلتوت الطريقة المثلى للتعامل مع أطفالنا لضمان حمايتهم مشيرا إلى أن المتابعة المباشرة للطفل تجعله يشعر بالمراقبة وهذا يأتي بمردود سلبى ولكن إعطاءه مزيدا من الثقة يدفعه لكل ما هو صحيح هذا إلى جانب احترام عقلة من خلال المتابعة والمزيد من التأصل والجهد والنقاش والمحاورة "الطفل ليس عنصراً سلبياً أو بمجرد متلق بل هو كيان يجب أن نتفاعل معه وأن تعرف الأسرة أنه ليس إجبارا أن يفعل طفلها ما تريد هى لكن أن تضع له ما تريد تترك له مساحة ينفذ بها هذه المطالب."

وأوضح استشاري أول الطب النفسي أن مسألة التربية ليست سهلة ولكنها أصبحت عبئا وعلى الأهل أن ينفقوا فيها من أوقاتهم وجهدهم الكثير مشددا على أهمية احترام عقل الطفل وأشار إلى أن المتابعة تأتى من خلال مزيد من الوقت والجهد المتواصل.

وحول السن التي يمكن أن نسمح فيها بدخول أولادنا على الإنترنت قال: "لا حظر على عقل الأطفال فالطفل يولد بكمية خلايا عصبية مزاجية للإنسان البالغ وهذا يعنى أن لدية كافة الوظائف العقلية ويجب أن نحترم هذه البنية ولا نضع حظرا علية فالطفل

يمكنه التعامل مبكرا مع الانترنت وعلينا أن نشجعه بشرط أن نرشده بمعنى أنه في هذه المرحلة لا تكون لدية اهتمامات كثيرة ويرى الحياة مما حوله ودورنا هنا أن ندعم هذه الخطوة وأن نعلمه أنه ليس من المفيد الدخول على كل شيء فننمى بذلك مقدرته العقلية ونضع الحواجز التي تجعله من داخلة يبتعد عما لا يقيده."

وعن وجود بعض المواقع التي تستغل دخول الأطفال عليها بكثرة أكد أنه لا يمكن فصل هذه الأمر عن التربية بشكل عام فالسلوكيات الاخرى وعلاقة الأسرة بالطفل وبناؤها للثقة معه هى الأساس "علينا أن ندعم ما يفعله أبناؤنا من خلال هذا الدعم والتعاطف أذى يجده الطفل يمكن لأسرته أن تفتح معه قنوات الثقة فيجب أن تعلمه ألا يخاف ولا يخجل أن يخبرهم بشيء لأنه يعلم أنهم لن ينفعلوا ضده أو يؤذه وأنهم المصدر الصحيح للمعلومة فلا يمكن أن نمنع أولادنا وآذانهم من التعرض لما نكره أو نخشى عليهم منه لكن القضية هل سيعجبهم ما يصل إليهم أم لا؟ وهذا ينتج من التربية والمراقبة المتزنة." وعن طغيان الهوية الغربية عبر الانترنت بمحتواها الذى الأكثرية في العربية قال: إن "طغيان الهوية الغربية سوف يؤثر على الطفل شئنا أم أبينا لكن درنا هو أن ننمى فيه هويته العربية والدينية الثقافية وبعدها سيكون علية استكمالها من مصادر المعلومات الأخرى كالإنترنت وغيره."

وضع السموم في النشء والأجيال:

ومن جانبه يوضح د. عبد الكريم أحمد الأمير حسن الاستاذ المساعد بجامعة قطر قسم العلوم الاجتماعية كلية الآداب والعلوم أن السنوات الأخيرة شهدت توسعاً كبيراً في استخدام الأطفال للأنترنت والجوالات بشكل كبير والتي قد تكون في بعض الأحيان غير مراقبة من قبل الأسرة مما يؤثر على الأطفال وتنشئتهم وتربيتهم "لأن كثيراً من المواقع تحال وضع السموم في النشء الأجيال لإفساد هذه الشريحة من الأطفال وللمحاولة للتأثير عليهم من أجل تفكك المجتمع وهدم بنائه وروابطه الأسرية تفتيت العلاقات السليمة في الأسرة من خلال هذه المواقع ونرى التحديثات التي تجرى في استخدامات الإنترنت المتواصلة والسريعة جداً والتي ترغب

الأطفال والشباب الصغار في استخدامها وما لها من آثار سلبية في الكثير من الاحيان على الأطفال لأنه يستخدمون هذه التقنيات دون مراقبة ودون توجيه فيما يسمعون أو يشاهدون كما أن استخدام الإنترنت – حتى ولو كان في الحدود الايجابية – إذا زاد عن عدد محدد من الساعات يؤثر على التحصيل العلمي للأطفال كما يؤثر على نشاطهم الإبداعي ويجعلهم يعتمدون بشكل دائم على هذه المواقع دون التفكير في كيفية حل مسائلهم العلمية التي يحصلون عليها في المدارس."

أفضل من الآباء:

ويقول د (ح .ح): إن الأطفال الآن يستخدمون الإنترنت والحواسيب والتقنيات الحديثة كالجوالات افضل بكثير من آبائهم وأمهاتهم وهذا له تأثير إيجابي وتأثير سلبى " الأمر الإيجابي هو اندماجهم في هذا العصر الذى يتطور فيه استخدام التقنيات بشكل كبير جدا فالعالم الان بدون كمبيوتر مسألة غير مقبولة غالبا لكن في الوقت نفسة هذه القدرة الكبيرة على استخدام الكمبيوتر والدخول إلى بعض المواقع التي لا يستطيع الكبار الدخول إليها في كثير من الاحيان يشكل خطورة على الأطفال لانهم قد يدخلون إلى مواقع تضر بنفسيتهم وتنشئتهم الاجتماعية والاخلاقية فكثير من هذه المواقع تحاول بث السموم من خلال ما تطرح على كافة الأصعدة الثقافية والاجتماعية والنفسية والتربوية وللأسف الشديد فيها كثير من المرغبات والحوافز التى تدفع بالأطفال إلى أن يصبحوا مدمنين على الإنترنت والجوالات الحديثة فأصبح الآن من السهل جدا تناقل الأخبار والصور والأفلام والمواقع فيما بينهم وباعتقادي هذا له الأثر السلبى وهذا في حد ذاته مصدر خطورة لأننا بشكل عام في الوطن العربي ونتيجة عدم الاهتمام بقضايا التربية والتنشئة بشكل علمي وانما الاعتماد فقط على العفوية والموروث الاجتماعي والعادات والتقاليد فنهمل في كثير من الاحيان مراقبة الابناء وأصبح لدينا ثقافة شبة متعارف عليها بين الجميع هي حصولنا على الغث وترك السمين مما هو موجود في هذه المواقع وايضا استخدامات تقنيات الاتصال الحديث لذلك نتهم –وهو اتهام صحيح غالبا – بأننا دائما نتعلم من الدول المتقدمة ما هو سيئ عندها ونترك ما هو إيجابي "

ويؤكد استاذ الاجتماع أن " كثرة استخدام الأنترنت والتي أصبحت على شكل من الإدمان عند كثير من الأطفال تشكل خطورة على عقليتهم وتفكيرهم وتجعلهم يتركون تحصيلهم العلمي ودراستهم والابتعاد عن الكتب التي تشكل المجمع الأساسي للمعرفة العالمية وهذا كله نوى تأثيراته تتجلى في الواقع من خلال الاعتماد على هذه التقنيات في حل المشكلات فعندما نسأل طفلا : هل تحفظ جدول الضرب على سبيل المثال؟ يقول لماذا أحفظه؟ استطيع استخدام الآلة الحاسبة أو الكمبيوتر الذى يعطيني الجواب في ثوان وهذا صحيح لكن عند الأطفال يؤثر هذا سلبا على نمو عقلهم و تحصيلهم الدراسي ونشاطهم الذهني ويجعلهم في مراحل متقدمة من اعتمادهم على هذه التقنيات وبشكل إدماني وهذا أمر مضر لأنه في كثير من الأحيان على المرء أن يتكيف ويتأقلم مع البيئة المحيطة من خلال المعرفة العلمية ومن خلال العلم الذى هو موجود في ذهنه وليس الحاسب أو التقنيات الحديثة يتعلم الطفل جدول الضرب وحل المسائل الرياضية ويتعرف على العلوم و التاريخ والجغرافيا إلى آخره هذا امر ضروري لا نستطيع الاستغناء عنه ولا مانع من أن ندعم هذه المعرفات باستخدامات الكمبيوتر الذى يعطينا أحيانا إمكانية أوسع للحصول على المعارف حول قضية ما من القضايا."

التوازن مهم:-

ما ينصح به د. (ع.ك): هو أن يكون هناك نوع من التوازن بشكل عام في التعامل مع التكنولوجيا "توازن بين التنشئة الاجتماعية والتربية وبين التحصيل العلمي وايضا التوازن مع الحياة الانفعالية والنفسية للأطفال لأننا في كثير من الأحيان نشاهد أن بعض الأطفال يتصرف ويسلك بعض السلوكيات لا نه متأثر تأثيراً كبيراً بالكمبيوتر والانترنت وكثير من الألعاب التى يدمن عليها الأطفال تؤثر على توازنهم الانفعالي أحيانا يتحولون إلى عصبيين واحيانا أخرى لا يستمعون لآبائهم ولا يقبلن حتى بالحوار حول كثير من المشكلات التي يرى الآباء أنها تخيف أبناءهم من خلال هذه التقنيات الحديثة فالطفل الذى يجلس على الحاسب إلى نحو ٦ ساعات أحيانا وبشكل متواصل يمارس بعض الألعاب أو يستمع إلى الموسيقى والأغانيباعتقادي أنها تؤثر سلبياً عليه."

وينصح الوالدين بأن يحاولوا و بشكل دائم مراقبة الأطفال- دون أن يشعرا بذلك - خلال استخدامهم الانترنت مع تحديد ساعات أو وقت يتلاءم مع ساعات النوم والاستراحة والدراسة لتحقيق التوازن الذى تكلمنا عنه في المجالات المتعددة والنفسية والاجتماعية وغيرها " كثيرا ما يستدعى الوالدين الطفل الجالس على الكمبيوتر لأى سبب ما فيطلب منهم الانتظار لدقائق حتى ينتهى لكنه لا ينتهى من اللعب أبدا وأحيانا يرفض تماماً الأكل مع الأسرة وقت وجودة علية ويأكل وحدة بعد الانتهاء من اللعب أو تصفح الموقع الذى شغله وهذا يؤثر سلباً على العلاقات الأسرية خاصة علاقة الآباء بالأبناءكما ينعكس سلباً على اهتمام أفراد الأسرة بالمعايير الأسرية الصحيحة وهذه الأمور يجب الاهتمام بها أكثر في الأسرة من قبل الابوين ووضع معايير صارمه يجب الالتزام بها."

أضرار جسدية:

ويتابع: "علينا ألا ننسى الآثار الصحية والجسدية على أبنائنا لأن الأطفال الذين يدمنون استخدام الكمبيوتر والانترنت يؤثر ذلك على صحتهم ونظرهم وبنيتهم الجسدية فالطفل في حاجة إلى النشاط والحركة وممارسة الرياضة خاصة في الوقت الحاضر الذى نرى فيه تقلص عدد ساعات التربية الرياضية في المدارس إلى ساعة واحدة في الاسبوع نعم؛ هم يتحركون في المدرسة مع الأقران وفي السكن أحيانا لكن هناك بعض الأطفال يجلسون لساعات طويلة على الكمبيوتر ولا يخرجون للعب ويتحولن إلى مدمنين على الجلوس واستخدام الحاسب والانترنت واللعب علية كثيرا فجهاز الكومبيوتر نفسة يؤثر على الأطفال وبعضهم عندما يجلس للعب علية يقترب مسافة أقل من ٢٠ سم من الشاشة وهو أمر خطير يؤثر على النظر فالأطفال في هذا العمر يكونون في حالة بناء وتكوين جسدي وعاطفي وانفعالي واتجاهات والاستخدام السيئ الخاطئ للإنترنت والتقنيات الحديثة بشكل عام مثل الكومبيوتر والجوال يؤثر على هذه التكوينات وعلى التكوين العاطفي أيضا

ويصبح انتماء الطفل لقضايا ليست من مجتمعة وأسرته وهنا تكمن الخطورة حيث نجد بعض مظاهر الخروج عن المألوف إن كانت في الملبس أو قصات الشعر أو التحدث مع الآخرين حتى أننا نجد الآن في كثير من الاسر فقدان الأبناء للاحترام مع الأب والأم وكلها تأثيرات الاستخدام الخاطئ للإنترنت لأن الطفل هنا بدأ يفقد توازنه العاطفي والانفعالي وأصبح متأثرا بتنشئة ثقافية واجتماعية غريبة عنه وليست من بيئته فيظهر صراع حقيقي بين الآباء والأبناء فاستخدام التقنيات والوسائل الحديثة مهم جدا لكن لا يجب استخدامها بشكل سيئ وخاطئ فالكومبيوتر موجود لدى كل الأسر ومن الممكن أن يكون هناك أكثر من جهاز في المنزل الواحد وهذا شيءطبيعي الآن ولكن علينا استخدامه بشكل إيجابي والاستفادة من هذه التقنية الحديثة المتطورة علميا ومن المعلومات المهمة الموجود على الانترنت والانتباه إلى خطورتها على الأطفال وعلينا توضيح الأمور للأطفال بشفافية لكن دون خلق صدمه علينا أن نشرح أن الكير من مواقع الإنترنت تبث الكثيرمن الصور والبرامج والأغاني غير مفيدة بالنسبة للطفل ولا مانع من أن نشرح كل هذه الأمور لأبنائنا فلدينا الكثير من الأطفال في عمر من ١١ حتى ١٨ عاماً يشاهدون الكثير والكثير من خلال مواقع الإنترنت الموجودة والآباء لا يستطيعون الدخول إلى مثل هذه المواقع؛ لأنهم لا يعرفون التعامل معها أو كيفية الدخول إليها لأن معظم الآباء أو الكثير منهم لا يعرفون إلا الأمور البسيطة عن الكومبيوتر والانترنت كأن يطبع الأوراق أو يستخدم الإيميل الامور البسيطة جداً في حين أن معظم الأبناء يستطيعون أن التعامل مع الكومبيوتر بشكل متقدم جدا عن الآباء و يستطيعون الدخول إلى كل المواقع."

ويؤكد أستاذ الاجتماع بجامعة قطر أن هذه القضية في حاجة لدراسات كثيرة كما يدعو الأسرة والمدارس لتحمل مسؤولياتهم في هذا الامر وعي كبير فضلاً عن " وسائل الإعلام التي يجب عليها التركيز على ذلك في وسائلها المختلفة المرئية والمسموعة وليس المقروءة فقط وذلك لما يمثله الإعلام من أهمية خاصة المرئي منه

وكذلك الاعتماد على المختصين في هذه القضايا والاستفادة من علماء التربية والنفس والاجتماع وعلماء الدين وكل من له دراية بهده الموضوعات للمساهمة في الحد من خطورة استخدام الإنترنت ووسائل التكنولوجيا الحديثة وتأثيرها الضار على الأطفال والشباب."

عشر قواعد لتجنب خطر الإنترنت(١):

ويعتقد الكثير من الأهل أن جلوس أولادهم إلى الكمبيوتر هو وسيلة تربوية آمنه وذلك لأنهم مطمئن إلى أن مكوثهم في المنزل وفي غرفهم يجنبهم الخطر الذى قد يتعرضون له ولكن هذا الأمر ليس صائبا على الدوام بل عليهم أن يكونوا على اطلاع بكل الأمور التي يقوم بها ابنهم ومناقشة كل النشاطات التي يقوم بها على الإنترنت ووضع قواعد آمنه ليأمنوا الخطر الذى قد ينجم عنه **وهذه عشر قواعد يجب وضعها أثناء استخدام الانترنت:**

١- يجب عدم إعطاء أي معلومة شخصية كالعنوان أو رقم الهاتف أو اسم المدرسة وعنوانها أو اسم أحد الوالدين فهناك بعض مواقع البريد الإلكترونيالتي تطلب من الولد هذه الأمور بحجة تعبئة استمارة اشتراك في مسابقة أو الحصول على هدية وبعضها لا يسمح للطفل باستخدام شبكتها إلا إذا اعطى معلومات شخصية مما يعرضه لأمور قد تكون خطيرة .

٢- على الولد أن يعلم تماما أنه لا يجدر به وضع عنوانه أو رقم هاتفة أو وضع صورته على العنوان البريدي الخاص به إذا كان يرغب في الاتصال بالأخرين وعلية أن يكون حذرا من الرسائل التي يتلقاها من عناوين مجهولة المصدر وإذا تلقى رسائل غير اخلاقية علية أن يعلم أهله بالأمر.

٣- إعلام أهله فور تلقيه رسائل مريبة .

٤- تجنب المحادثة حول المواضيع الجنسية فقد يجدها المراهق أمراً مسلياً لكنها في الوقت نفسة تضعهفي موقف نتائجه خطيرة.

---

١) مجله لها ٢٠١٠م

الحذر من الشخص الذى يحادثه الطفل خصوصاً إذا كان يحاول تشجيعه على اتخاذ موقف معاد لأهله ومدرسته وأساتذته وأصدقاءه وحتى دينه.

٥- لا يجدر بالولد على الإطلاق التقاء شخص تعرف عليه من خلال المحادثة على الانترنت من دون علم أهله وإذا حدد موعدا للالتقاء به فليكن مع أهله وفي مكان عام.

٦- اختيار اسم مستعار وعدم تحديد جنسه لتجنب المضايقات التي تحدث أثناء المحادثة على الإنترنت.

٧- التذكر دوماً أن الأشخاص الذين يحادثهم عبر الإنترنت قد يكونون على غير ما هم عليه.

٨- عدم إرسال أى معلومات شخصية لصديق عبر الإنترنت من دون علم الأهل .

٩- عدم الرد على أى رساله يشتبه بها الطفل.

موقع التوعية حول استخدامات الإنترنت محل إشادة وتفاعل(١):

احتفلت هيئة تقنية المعلومات بتدشين المركز الوطني للسلامة المعلوماتية في وذلك بتقديم خدماته لكافة فئات المجتمع ومنها إنشاء موقع إلكتروني خاص بحماية الأطفال في الفضاء السيبرانى www.cert.gov.om/kids والذى يعتبر بمثابة ملتقى للأطفال للتوعية حول استخدام الإنترنت حيث يتمكن الاطفال من تعلم المزيد عن كيفية الحفاظ على انفسهم عند وجودهم على شبكة الانترنت عن طريق اللعب والقراءة والتلوين مع الآباء والمعلمين ومن خلال هذا الاستطلاع اقتربنا اكثر من المستفيدين من هذا الملتقى المعنى بحماية فئة الأطفال من أخطار استخدام الإنترنت من آباء ومعلمين وأطفال والذين أوضحوا أراءهم حول الموقع والاستفادة المتحققة من خلاله.

في البداية يتحدث (ر.ط) عن متابعته للموقع الإلكتروني وما لمسه من أهمية في المواضيع المطروحة فيقول: بداية نهنى هيئة تقنية المعلومات على انشاء المركز الوطني للسلامة المعلوماتية وتدشين الموقع الإلكتروني الخاص بحماية الطفل من استخدام الانترنت والذى بالفعل هو ملتقى للأطفال وأيضاً يمكن للآباء

---

١)صحيفة عمان –الإثنين ٢/٥/٢٠١٠م.

والأمهات والمعلمين و المعلمات أن يستفيدوا من هذا الموقع في توعية وتبصير الأطفال بما يحتوى علية الموقع من دلائل إرشادية سهلة ومبسطه تتناسب مع فئة الأطفال تحديدا فنجد أنففي الموقع مجموعة من النصائح الأمنه للأطفال عند استخدامهم الإنترنت وايضا نصائح لأولياء الأمور من الآباء والأمهات والمعلمين بحيث يعطى الموقع من خلال هذه النصائح ومضات تحذيرية وتنبيهات لحماية الأطفال من الأخطار التي قد يقعون بها وبالتالي فأن الموقع مفيد من وجهة نظري وأنصح الجميع صغاراً كانا أو كباراً بمتابعته وتصفحه وأيضاً نشره في بين أوساط المجتمع والأسر والمؤسسات التعليمية لحقق الموقع أهدافه التي باتت متحققة لمت زار الموقع واستفاد من المواد التعليمية والتوعية حول أمن وسلامة استخدام الإنترنت.

فيما يقول (ص.ح): أنه موقع رائع ويستحق الإشادة وحينما أطلق عليه ملتقى الأطفال للتوعية حول استخدام الإنترنت فإن هذا العنوان أو الشعار هو خلاصة الفائدة المتحققة للفئة المستهدفة وهى الأطفال وهذا ليس مجرد كلام بل هو حقيقة يمكن لمن أراد التأكد منها أن يدخل على عنوان الموقع الإلكتروني ويرى بنفسة ما يمكن أن يستفيد منه هو سواء كان أباً أو معلماً أو طفلاً يستخدم الإنترنت فالرسومات التضحية (الملصقات التوعوية) التي يتحيها الموقع هي معبره ويمكن للأب أو الأم الاستفادة منها في توعية أبنائهم من خلالها عن جملة من مخاطر استخدام الأنترنت وكذلك يمكن للمعلم أن يستفيد من تلك الملصقات التوعوية في نشر المعلومات وشرح ما تعنية تلك الرسومات الصور وبالتالي استخدام أسلب يلفت انتباه الأطفال أثناء التوعية من أخطار استخدامهم للأنترنت وما لفت انتباهي في الموقع أيضاً هو المواضيع أو مجالات استخدام الأطفال للأنترنتوالتي من خلالها يمكن أن تظهر أخطار الأنترنت ومنها غرف الدردشة والبريد الإلكتروني وكلمة المرور والفيروسات غيرها وبالتالي فأن الأسلوب المبسط والسهل جعل من الموقع بالفعل ملتقى توعوياً للأطفال ووسيلة من وسائل الحفاظ على أطفالنا من أخطار استخدام الانترنت فشكرا لهيئة تقنية المعلمات ممثلة في المركز الوطني للسلامة المعلوماتية على هذا الموقع أما نصيحتيفهي

موجهة لأولياء الأمور من الآباء والأمهات وأيضا لكل من يعنى بتربية أبنائنا بدخول هذا الموقع وتصفحه و الاستفادة مما يحتوى علية من معلومات قيمة تعلم وتوضح وتوعى أطفالنا من أخطار استخدامهم للأنترنت.

أما مستخدمو الإنترنت من فئة الأطفال والشباب وهى الفئة المستهدفة من هذا الموقع الإلكتروني الذى يأتيفي إطار حرص المركز الوطني للسلامة المعلوماتية على نشر ثقافة الوعى باستخدام الإنترنت الاستخدام الآمن والأفضل لشبكة المعلومات الإنترنت وتثقيفهم بالاستخدام الأفضل لحماية وتأمين المعلومات من خلال استخدامهم الإنترنت.

أطفال أعجبهم الموقع:-

عبر عدد من الأطفال ممن استفادوا تعلموا وأثبتوا تحقق أهداف الموقع فقد عبروا عن استفادتهم وما أعجبهم في هذا الموقع حيث يقول (ع.م): موقع توعية الأطفال من أخطار استخدام الإنترنت موقع رائع حيث تعلمت منه الكثير من المواضيع وقد ساعدتني أختي على الاستفادة من هذه المواضيع والنصائح التيتحميني من الوقوع في أخطار الانترنت عند استخدامه وكانت الرسومات التي تعلمت معناها من أختي وأنا أتصفح الموقع وأسمع منها التعليقات عليها ساعدني كثيراً على أن أحمى نفسى وأنا استخدم الإنترنت كما أنى تعلمت أشياء كنت أجهلها حول استخدامي للبريد الإلكتروني ومراسله أصدقائي وتعلمت أيضا كيف أتعامل مع الرسائل المجهولةالتي تصلني من الأشخاص الغرباء كما أنى تحدثت مع أصدقائي عن هذا الموقع وكيف يستفيدون منه لأنه موقع رائع ومفيد لنا جميعا فيما تقول : (م.ش): من خلال دخولي لموقع حماية الأطفال من الإنترنت تعلمت أشياء كثيرة ومفيدة أولاً عن الإنترنت وما يحتوى علية من معلومات واستخدامات الإنترنت وكيف أن الناس يستفيدون من الإنترنت في مجالات حياتهم كما أن النصائح التي يقدمها الموقع مفيدة لنا نحن الأطفال وقد تعلمت من الموقع أن هنالك أخطارا قد نقع فيها إذا لم ننتبه لها ونستخدم الإنترنت بصرة صحيحة ومفيدة كما فهمت وتعلمت ما تعنية الرسومات الموجودة في الموقع والتي تعلمت شرحها ونصيحتي

لجميع زميلاتي الطالبات أن يتصفحن هذا المقع وأن يخبرون والديهم بأن يفتحوا لهم الموقع ويشرحوا لهم ما فيه من معلومات ورسوماته وأيضا أن يسألوا والديهم عن الكلمات التي لا يفهمونها كما أنصحهن كذلك بمتابعة وقراءة كل ما هو جديد حول الحماية من أخطار الإنترنت لأن ذلك هو التصرف الصحيح.

وتقول (م.ي): أعجبني في الموقع النصائح المقدمة لنا نحن الأطفال حينما نستخدم الإنترنت وأكثر ما أعجبنيهي نصائح (**أفعل ولا تفعل**) لأن المعلومات التي تحتوى عليها هذه النصائح سهلة بالنسبة لي وأستطيع فهمها بسهولة كما استعين بمعلمتي أو بوالدتي في شرح بعض الكلمات التي لا أفهمها إنه موقع تعليمي مفيد لي حيث أنى أتعلم منه أشياء كثيرة عن استخدامي للانترنت وكيف أحمى نفسى من الوقوع في الخطر خاصة وأن هنالك أشياء خطيرة قد تصيبني إذا لم أكن حذره منها ونصيحتي بأن يستفيد جميع الأطفال من هذا الموقع الإلكتروني وأن يجوا فيه ما يبحثن عنه من معلومات ويمكنهم أن يستفسروا عن ما لا يعرفونه وأيضاً الرسومات التيفي الموقع معبرة وتوضح لى ما تعنيه العبارات المكتوبةفي النصائح (**أفعل ولا تفعل**) والتي أطبقها وسأطبقها كلما استخدمت الإنترنت في المدرسة أو البيت أو أي مكان .

الاستفادة الآمنة:

ويقول (ح.ط): هذا الموقع عرفني كيف استفيد بشكل صحيح ومفيد من الإنترنت والحصول على المعلومات التيتجعلنيفي أمان وسلامه وأنا أتصفح الإنترنت واستخدمه في مجال دراستي أو مراسلة أصدقائي بالرسائل البريدية حيث قام بتوعيتي بالشكل الصحيح وكيف أحمى نفسى من مخاطر الإنترنت وما يكون فيه من أشياء خطرة قد تؤثر على شخصيتيوتجعلنيفي مواقف غير آمنة وأنصح من هم في مثل عمرى أن يدخلوا إلى الموقع ويستفيدوا من ما يقدمه من معلومات نصائح نحفظهم من أخطار الإنترنت وتوجههم إلى الطرق الصحيحة لاستخدامه لأنه مفيد كثيراً.

ومما يشار إلية أن موقع حماية الاطفال من مخاطر استخدام الإنترنت الذى يمثل ملتقى للأطفال للتوعية حول استخدام الانترنت يحتوى كذلك على أيقنة خاصة بالحملة نحو بيئة الكترونية آمنه

وتوضيح أهداف الحلمة المتمثلة في تنظيم برنامج وطني للتوعية بأمن المعلومات يشمل جميع شرائح المجتمع وبناء وتعزيز الثقافة بأمن المعلومات والحاسبات الآلية عبر مجموعة من البرامج والفعاليات والتعريف بالمخاطر التهديدات المحتملة لتجنب التعرض لها وتقليل تأثيرها إضافة إلى التعريف بمعايير الأمن والسلامة الواجب اتباعها ترسيخ أخلاقيات استخدام التقنية واحترام حقوق الغير والتعريف بالخدمات التي يقدمها المركز الوطني وكذلك توضيح الفئات المستهدفةفي هذه الحملة وهم: الأطفال والتلاميذ المراهقون والقطاعات والمؤسسات العامة والخاصة والمؤسسات والمعاهد التعليمية ومعلمو تقنية المعلومات والبالغون وأولياء الأمور للسلامة المعلوماتية كما توضح الأيقونة على الموقع وسائل التوعية المستخدمة في الحملة الوطنية والتي منها الدورات وورش العمل والتعليم الإلكتروني والمعارض ومواقع الإنترنت ووسائل التذكير من مطويات وملصقات وغيرها من الوسائل الأخرى.

المراجع

١- حقيقة الفيس بوك عدو أم صديق؟ للكاتب والباحث الدكتور جمال مختار .
٢- مرض العصر إدمان الإنترنت – د. نادية العوضي .
٣- إدمان الحاسب يؤدى لعاهات دائمة عند الأطفال – جريدة البيان .
٤- روشته سريعة لوقاية الأطفال من مخاطر الأنترنت – مجلة صحتك
٥- حوار حول الإباحية في الإنترنت – سلطان الخثلان – مجلة الجندي المسلم.
٦- الثورة الإباحية – مجلة الفرقان.
٧- هجمة صهيونية عبر الإنترنت – حسنى عبد المعز عبد الحافظ – الجندي المسلم.
٨- الإنترنت إدمان القرن الجديد – مجلة الجيل.
٩- صحيفة الرياض.
١٠- جريدة الجزيرة.
١١- مجلة حسناء الفارس.
١٢- صحيفة الوطن.
١٣- مجلة قصيمي.
١٤- منتديات جامعة الإسكندرية.
١٥- مجلة ولدى.

الفصل الثالث

الحماية من أخطار الانترنت

هناك كثير من الأخطار الكامنة على الإنترنت وهناك أيضاً تحذيرات متكررة بالأخطار الوهمية لكن الحقيقة أن الخطر يتربص بمعلومات الأجهزة وبيانات الملفات والملفات وبأولادنا وبطاقات الاعتماد المالى أو حقوق الملكية الفكرية تجسسا وانتهاك خصوصية أو تلصصا او اختراقا لتدمير الأجهزة والملفات والبيانات، وهى أخطار حقيقية يجب أن نعرف مدى الخطورة فيها للمحافظة على سلامة الأولاد وحماية البريد الإلكترونى والتغلب على إدمان الإنترنت وحماية ممتلكاتنا وبطاقات الاعتماد والأجهزة والبيانات والخصوصية.

<u>عنوان بروتوكول الإنترنت IP Address</u>:

فى بداية تطوير شبكة الإنترنت منذ بداية الستينات تمت الاستفادة من اعتماد طريقة الترقيم لتمييز كل مستخدم وتحديد منطقة الاتصال والارتباط بشبكة الإنترنت ويمكن تمييز كل مستخدم بمعرفة رقم عنوان بروتوكول الإنترنت.

تم تطوير نظامين هما بروتوكول تحكم النقل Transmission Control Protocol)TCP)، وبروتوكول التشبيك المشترك (IP) Internet protocol لعمل نظام موحد يتخطى اختلاف مواصفات وأشكال أنواع أجهزة الكمبيوتر الملاتبطة مع بعضها البعض بواسطة الشبكة ونظم تشغيلها، ولا يتأثر هذا النظام بتطورات صناعة أجهزة الكمبيوتر، ويقوم التظام بإرسال واستقبال المعلومات على هيئة حزم صغيرة من المعلومات تقدر على حرية التنقل والحركة من عقدة إلى أخرى فى الشبكة دون الاعتماد على الاتصال المفتوح والدائم بين جهازين كما هو حال نظام الهاتف.

مهمة بروتوكول تحكم النقل TCP هى التأكد من أن حزمة المعلومات التى أرسلت من نقطة (عقدة) إلى أخرى قد وصلت كاملة أم لا، ويقوم بتنبيه الجهاز المرسل فى حالة تعثر وصول المعلومة إلى وجهتها المطلوبة.

بروتوكول التشبيك المشترك IP هو نظام توجيه مسئول عن تحديد العقد والمسارات التى تسكلها حزم المعلومات للوصول الى الجهاز الهدف.
قام المطورون بعد ذلك بتطوير هذين النظامين ودمجهما معا للتماشى مع مجموعة مواصفات تقوم بتقسيم جزء المعلومات إلى حزم أصغر لتقليل اختناق الشبكة وحصل على اسم بروتوكول TCP/IP.
إن كل اسم موقع أو اسم مزود خدمة أو اسم مستخدم فى الإنترنت هو مجموعة أرقام ثنائية (صفر وواحد)، ويتكون عنوان بروتوكول الإنترنت من ٣٢ خانة من الأرقام الثنائية (٣٢ بت) كل ثمانية بتات ٨ بت تكون البايت الذى يمثل الحروف والأرقام والعلامات (لبنات اللغة)، فكل بايت يمثل حفا واحداً.
قام مطوروا شبكة الإنترنت باعتماد الأرقام من صفر إلى ٢٥٥ فى عنوان الإنترنتIP، وبقسمة ٣٢ بت على ٨ يكون الناتج ٤ بايت على أساس أربعة حقول من الأرقام تتراوح بين الصفر ورقم ٢٥٥ تفقصل بين كل قسم نقطة وبذلك يكتب الرقم على صورة 220.156.67.45. 64.208.6.101.
تنقسم عناوين بروتوكول الإنترنت إلى أقسام يتفرع من كل قسم منها عدة أقساط أخرى منها: العناوين المعتمدة على التصنيف Class based addressing، وهى ثلاث فئات تعتمد على نفس الأساس (٣٢ بتا) مقسمة إلى أربع مجموعات من الأرقام العشرية تفصل بينهم علامة نقطة لكن تختلف هذه الفئات فى طريقة استخدام الأرقام العشرية.
الفئة الأولى مخصصة للشركات الكبيرة: وفيها يتم استخدام أول مجموعة أرقام لتحديد هوية الشبكة وآخر ثلاثة أرقام لتحديد هوية المستضعف وتم تخصيص الأرقام من 000.000.000.000 إلى 127.255.255.255 لهذه الفئة بإمكانية الحصول على ١٦٧٧٧٢١٦ عنواناً مختلفاً من هذه الفئة.
الفئة الثانية مخصصة للشركات والهيئات المتوسطة: وفيها يتم استخدام أول مجموعتين من الأرقام لتعريف الشبكة وآخر مجموعتين من الأرقام لتحديد هوية المستضيف وتم تخصيص الأرقام من 128.000.000.000 إلى 191.255.255.255 لهذه الفئة بعدد ٦٥٥٣٧ عنواناً مختلفة.

الفئة الثالث محصصة للشركات الصغيرة: وفيها يتم استخدام أول ثلاث مجموعات من الأرقام لتحديد هوية المستضيف وتم تخصيص الأرقام من 192.000.000.000 إلى 223.255.255.255 لهذه الفئة بعدد ٢٥٦ عنواناً مختلفاً.

ليس مهما معرفة تقسيم العناوين وإنما المهم معرفة أن الاتصال بالإنترنت سيتم باستخدام عنوان بروتوكول الإنترنت IP، ففى كل مرة تدخل فيها إلى الإنترنت تتصل عن طريق رقم قد يكون ثابتاً وقد يكون متغيراً.

عند كتابة رسالة إلكترونية بعنوان بريد أو زيارة موقع على الشبكة بكتابة اسم الموقع يقوم المتصفح بإرسال الطلب فى حزم معلومات بها عنوان بروتوكول الإنترنت الخاص بك إلى أحد أجهزة مزود الخدمة ثم إلى شبكة الإنترنت، ويقوم خادم خاص باسم النطاق Domain Name Server (DNS) بترجمة اسم الموقع أو عنوان البريد إلى الرقم الثنائى الأساسى IP ويرسل المعلومة أو الطلب إلى هذا العنوان.

<u>طرق خاص بالإنترنت</u>:

من طرق الاتصال البطيئة المودم DialUp الأكثر استخداماً بالاتصال بخطوط الهاتف العادية عن طريق مودم بعدة سرعات أكثرها شيوعاً مودم بسرعة ٥٦ كيلو بت فى الثانية أو أقل ٢٨ أو أكثر ١٢٨ بت فى الثانية أو أقل ٢٨ أو أكثر ١٢٨ بت بالثانية، ويتوفر المودم كمعدة خارجية أو بطاقة داخلية.

من طرق الاتصال السريعة: الخطوط الرقمية DSL وهى تقنية تسمح باستخدام خطوط الهاتف للاتصال بشبكة الإنترنت بسرعة أعلى من المودم تختلف من شركة إلى أخرى، إضافة إلى خدمات الكبل Cable Modem وتتوفر فى دول خدمة تلفزيون الكبل وتستخدم الكبل المحورى، وأيضاً خدمات الأقمار الصناعية Satellite السريعة بصحن استقبال.

عند استخدام وسيلة اتصال سريعة بالإنترنت يجب الحصول على برامج حماية (جدار نار) بسبب الحصول على رقم عنوان إنترنت IP ثابت مما يساعد المخترق على تتبع الاتصال أما فى حالة المودم فيوفر مزود الخدمة رقم عنوان إنترنت مؤقت غير ثابت فى كل مرة اتصال مما يزيد من صعوبة التتبع.

جمع المعلومات:

تقوم المواقع المختلفة فى شبكة الإنترنت بجمع معلومات عن المستخدمين للشبكة، ويتم جمع المعلومات عن مستخدمى الشبكة بعدة طرق منها كعكة الإنترنت، وبقة الإنترنت، وبريمجات جافا وبرامج نصوص جافا سكريبت وغيرها.

بقة الإنترنت: عبارة عن صور صغيرة جداً تبلغ تقريباً ١ بكسل أو رسالة إلكترونية يتم ادخالها ضمن لغة ترميز صفحة الإنترنت وتستقر فى الشاشة الخلفية ولا يستطيع المستخدم ملاحظتها.

يمكن متابعة مستخدم الإنترنت عن طريق برامج النصوص مثل جافا سكريبت أو بريمجات جافا الصغيرة التى تنزل إلى الجهاز وتبدأ العمل تلقائياً فى خفاء دون علم المستخدم خاصة لدى مواقع الدردشة.

يمكن التحكم فى استقبال كعكة الإنترنت وجافا سكريبت وبريمجات جافا فى المتصفح لمنعها أو السماح بها أو اختيار مستوى الأمان لها، أما بقة الإنترنت فتزرع مباشرة فى الصفحة أو الرسالة الإلكترونية وتبدأ عملها مباشرة حال فتح الصفحة أو الرسالة ولا يمكن التحكم بها.

تقوم المواقع بالحصول على **رقم بروتوكول الإنترنت الخاص بالمتصل** ثم يتم اصدار رقم خاص لتعريفه ومتابعته داخل المواقع عند الانتقال من صفحة إلى أخرى أو من رقم إلى آخر وبعد ذلك يتم التعرف على الجهاز وسرعة المعالج ونظام التشغيل المستخدم، ونوعية المتصفح المستعمل، وتسجيل المواقع والصفحات التى يتردد عليها المتصل، ورصد توجهاته ورغباته من الخدمات أو السلع والصفحات المفضلة لديه، وعند تعبئة استمارة أو طلب يتم تخزين وحفظ معلومات المستخدم من اسم وتاريخ ميلاد والعنوان وعنوان بريد وغيرها من البيانات.

فيما يلى مثال صفحة تعرض اختراق النظام وتعرض المعلومات التى أمكن الحصول عليها وهى محتويات القرص الصلب.

تسفيد المواقع من جمع المعلومات بتحليلها وتصنيفها وعمل إحصاءات مفيدة فى إدارة وتخطيط السياسات والإعلانات كما تبيع أو تبادل هذه المعلومات مع غيرها من المواقع التى تعمل فى أنشطة البيع والتسويق والترويج والإعلان بحيث يتم ارسال إعلانات وتسويق خدمات للمهتمين بها.

كما يتم رصد السلع والخدمات التى قمت بشرائها مؤخراً بحيث يتم توجيه السلع أو الخدمات المتعلقة بما اشتريت فمثلا لو قمت بشراء جهاز كمبيوتر من الإنترنت فهذا يعنى أن عليهم توجيه الإعلانات الخاصة بملحقات الكمبيوتر كالطابعات والأحبار لعميل جديد.

كانت المواقع تجمع المعلومات اعتماداً على عنوان بروتوكول الإنترنت IP ثم أصبحت تقوم بتحديد رقم الهاتف وتسجيل كل ما تقوم بكتابته أو تستقبله فى غرف الدردشة أو الرسائل الإلكترونية.

نتيجة لتتبع المواقع للأفراد على شبكة الإنترنت قامت صناعة تهتم بتقديم حلول التتبع ومنع التتبع ببرامج شركات متخصصة تحمى الأمن والخصوصية.

تحاول شركات المتصفحات سد الثغرات الأمنية وإحكام طرق التجسس وزيادة تحكم المستخدم، وتتوفر شركات خدمة التصفح الحر بحيث تدخل إلى الشبكة تحت مظلتهم وتستطيع استخدام عنوان بروتوكول الإنترنت الخاص بهم ولا يظهر عنوان المستخدم، كما يتم تخزين كل البرامج والكعك فى أجهزة هذه الشركات لتجنب التتبع.

<u>اكتساب الخبرة:</u>

لأننا نريد معرفة الكيفية واكتساب الخبرة مما يجرى على شبكة الإنترنت، فإن توليد نافذة جديدة ممكن وعرض نوافذ بدون تحكمات أيضاً ممكن كما جربنا فى برميجات نصوص جافا، كما أن ربط الصفحات ممكن باستخدام لغة النص المتشعب، واستعراض محتويات الموقع وجلب نظام تشغيل المستخدم والمتصفح المستعمل كلها معلومات يمكن جلبها، وفيما يلى مثال صفحة اختراق النظام وعرض المعلومات التى أمكن الحصول عليها وهى محتويات القرص الصلب التى تظهر فى الصفحة، فيما يلى مثال آخر يعرض رقم عنوان الإنترنت ونوع المتصفح:

أخطار الإنترنت:

فى الإنترنت برامج الهجوم على الأجهزة وشبكات الكمبيوتر والتجسس، وحتى وقت قريب كان تصنيف هذه البرامج ينقسم إلى الفيروسات، وديدان الإنترنت، وأحصنة طروادة، لكن مع تطور البرامج تم تحديث طريقة تصنيف البرامج إلى:

برامج سريعة التكاثر والانتشار:

منها الفيروسات وديدان الإنترنت القادرة على التكاثر والانتشار بسرعة، والفرق بين الفيروسات والديدان هو أن الفيروس بحاجة برنامج يحضنه ليتمكن من التكاثر والانتشار عن طريقه، أما الديدان فليست بحاجة إلى برامج لاحتضانها.

برامج التجسس وإرسال المعلومات:

تقوم بجمع معلومات يريدها اللصوص وتقوم بارسال المعلومات إلى مصدر البرنامج حتى لو كان هناك جدران نار تحمى الجهاز وذلك لقدرة هذا النوع على استغلال نقط ضعف جدران النار التى تسمح بخروج وتصدير المعلومات من الجهاز أو الشبكة المحلية بواسطة بروتوكول HTTP أو بروتوكول FTP وأشهر أمثلة هذه الأنواع Caligula, Marker and Groov.

برامج التحكم عن بعد والهجوم:

تسمح هذه البرامج فى حال وصولها إلى جهاز بالتحكم الكامل بالجهاز ومن أشهر الأمثلة NetBus، Back Orifice أما أشهر أمثلة برامج القدرة على التحكم عن بعد التى تستطيع تسخير الأجهزة لتنفيذ الهجوم المنسق وتعطيل عمل المواقع المشهورة فهو برنامج Trinoo, TribeFloodNetwork (TFN).

أحصنة طروادة:

من أخطر أنواع أحصنة طروادة إذ تسفيد من ميزات كل أنواع البرامج السابقة عن طريق الدمج بين خصائص مثل تكاثر الفيروسات وعدم الحاجة لبرنامج محتضن كالديدان ولديها قدرة التعامل مع الملفات الصادرة أو الواردة من نوع FIP ونوع HTTP مثل برامج التجسس وخداع جدران النار، وتجمع معلومات كلمات السر وأسماء المستخدمين وأرقام بطاقات الائتمان كما يمكنها تدمير ملفات وتعديل مهمامها.

مصادر التهديد:

✍ تختلف مصادر التهديد تبعا للقائمين بها وطرقهم المختلفة فى الوصول إلى تنفيذ هذه التهديدات ومنها:

– التطفل والتجسس على البريد:

يتمكن القائمون بالتجسس والتلصص من تنفيذ ذلك بعدة طرق منها: (برامج التجسس وهى كثيرة ومتوفرة، وتخمين كلمات السر السهلة، واستخدام برامج متخصصة للوصول إلى كلمات السر وهى برامج توفر لمستخدمها تجربة كلمات سرية منطقية وشائعة، وكل من يتمكن من الوصول إلى الجهاز فى المكتب أو المنزل من الزملاء أو المعارف عن طريق استخدام خصائص المتصفح مثل:

(خاصية الرجوع للخلف Back، وخاصية تذكر اسم المستخدم UserName وكلمة السر Password، وخاصية " الإكمال التلقائى فى الأسماء والنماذج، خاصية تاريخ الصفحات History، وخاصية الملفات المؤقتة Temporary Internet Files، وخاصية المواقع المفضلة).

– المزعجون والمحولون:

وهى عادة شركات ومواقع تحصل على عنوان البريد الإلكترونى تتبادلها بينها أو تبيع العناوين للتسويق والبيع، كما يقوم بعض الأفراد بجمع العناوين لإزعاج الآخرين أو لبيعها أو للنصب بواسطتها أو للاحتيال أو إرسال فيروسات أو برامج تجسس أو برامج تعطيل المواقع.

وأيضا تسلل المتطفلين إلى قواعد البيانات الحكومية والمالية والخاصة وسرقة بطاقات الائتمان بعد رصدها أو اختراق أجهزة المستخدمين أو التسلل إلى شبكات البنوك والشركات أو تدمير أو تعطيل المواقع بسبب ضعف إجراءات الأمن.

يمكن إجمال مصادر التهديد الأمنى لمستخدمى الإنترنت فى : الفيروسات، وأحصنة طروادةو وديدان الإنترنت، والاختراق، وبرامج جافا سكريبت وبريمجات جافا ومكونات آكتف إكس، وجواسيس البريد الإلكترونى، ورصد لوحة المفاتيح، ومصادر تهديد الخصوصية مثل: كعكة الإنترنت وتعاملات البريد الإلكترونى مثل المحولين والمزعجين والمتطفلين وغيرهم.

تقوم ديدان الإنترنت بمسح أو تدمير معلومات من البرامج التطبيقية كبرامج المحاسبة وقواعد المعلومات كما أن بمقدورها التكاثر حتى تملأ الذاكرة وتعطل الجهاز. فى الاختراق Hacking يقوم شخص أو أكثر بمحاولة الوصول الى جهاز مستخدم آخر أو شبكة خاصة عن طريق شبكة الإنترنت باستخدام برامج متخصصة فى فك الرموز والكلمات السرية وكسر الحواجز الأمنية واستكشاف مواطن الضعف فى الجهاز أو الشبكة وهذه هى أسهل طرق الوصول إلى الملفات والبرامج، وقد أصبحت مهمة المخترقين صعبة فى اختراق المؤسسات والمواقع الكبيرة بعد تطور نظم الدفاع وبرامج الحماية.

برامج جافا سكريبت وجافا وأكتف إكس تهدد أمن المستخدمين بالرغم من كونها أدوات مهمة لتصميم المواقع، وهى تقنيات قادرة على رصد كلمات السر وتدمير وتعديل الملفات.

جواسيس البريد الإلكترونى: هم عادة مخترقين سابقين للجهاز أو ممن يشاركون فى استخدامه خاصة فى مقاهى الإنترنت دون خروج صحيح من برنامج البريد أو برنلمج التصفح.

رصد لوحة المفاتيح: من أخطر مصادر تهديد الأمن بقدرة رصد ضغط لوحة المفاتيح خاصة اسم المستخدم وكلمات السر، هذه البرامج غير منتشرة عبر الشبكة لأنها تتطلب الوصول إلى الجهاز فعليا، ويكثر استخدامها فى مقاهى الإنترنت والأجهزة العامة.

إن اقتناء حماية متخصص يصعب من مهمة اللصوص والمتطلفين خاصة عند العمل على جهاز شخصى متصل بالإنترنت عن طريق مودم أما فى حالة الاتصال بالإنترنت عبر طريقة أسرع كالخطوط الرقمية فيجب استخدام برنامج متخصص للحماية بسبب استخدام رقم عنوان بروتوكول الإنترنت IP ثابت مخصص مما يسهل عملية التتبع، وفى حالة الاتصال عن طريق المودم مع مزود خدمة فإن مزود الخدمة لا يخصص رقم عنوان إنترنت محدد لكن تحصل على رقم مختلف فى كل مرة اتصال بالشبكة، أما فى الشبكة فإن جهازك يعتبر جزءاً من الشبكة المتصلة بالإنترنت وتحتاج إلى برنامج حماية متخصص (جدار نار) لأن المنافذ المخصصة لمشاركة الملفات تكون مفتوحة وجاهزة لأى مخترق.

حماية الأولاد:
ربما كانت الإباحية والجنس والعنف والأفكار المتطرفة والعقائد الفاسدة ودس الأفكار والتقليد الأعمى، وإفقاد الهوية والانتماء، والنصب وتدليس الحقائق ونشر الأكاذيب وتزوير النصوص الدينية جزءاً قليلاً من أخطر الأمور التى يتعرض لهاسهامها لهم.

الإهمال فى الخطر أخطر من الخطر ذاته، وبرغم أن كافة وسائل الإعلام مليئة بهذه الأخطار فإن الإنترنت أكثر خطراً.
فى البدء لابد من القول أنه يوجد بالفعل كافة أشكال وأنواع الأخطار على كافة خدمات الإنترنت دون استثناء لكن أكثرها موجودة عموما فى عدد من المجموعات الإخبارية ومواقع ويب والقوائم البريدية.
بالطبع فإنه نتيجة اختلاف ثقافات الشعوب وعقائدهم فإن ما يراه البعض نوعاً من الخطر أو الخروج عن التقاليد أو الخلاعة قد يراه البعض الآخر فى صورة أخرى بنحو أو بآخر.

إذا كان لديك أولاد فأنت تعرف بطبيعة الحال أنهم قد يتحولون إلى مشكلة فى وقت تعاملهم مع الإنترنت، فالإنترنت هى مجرد شئ آخر من جملة الأشياء التى يجب الانتباه إليها ولن تقف مسئوليتك عن أولادك عند مجرد النصيحة.

اقترح البعض أنه بطريقة ما يجب أن تقوم الحكومة بتحمل المسئولية فى حماية أولادنا وقد أقر الكونجرس الأمريكى مؤخرا قانون آداب الكمبيوتر Computer Decency Act، وهو ما أدى إلى منع نوع معين من الكلام والصور من الظهور على الإنترنت وقد كان لهذا القانون تأثير بالطبع.
بالرغم من وجود الكثير من المواد ذات الخطر على تشكيل وجدان ومشاعر وعقائد الصغار والكبار على حد سواء فإن مما يخفف العبء أن معظم هذه المواد فى صفحات ومواقع خاصة، ومن أجل الوصول إلى تلك الصفحات والمواقع يجب أن تقوم بالاشتراك ودفع قيمة مادية ما.

إذا أردت حقا حماية أولادك فيجب أن تقضى معهم وقتا أطول على الكمبيوتر حتى لو لم تكن تعرف استخدامه، أما إذا كنت تعرف استخدامه فقم بتتبع تاريخ History المواقع التى زاورها أو قم بتكليف أحد آخر بذلك، أو اجعل مزود الخدمة يتابع المواقع التى يدخلون إليها، كما يمكنك معاينة الملفات View Files التى استعرضوها من مخبأ القرص.

لمعرفة التاريخ History افتح المستعرض ثن انقر زر التاريخ History تظهر على الجانب الأيمن للمستعرض لائحة بتاريخ المواقع يمكن نقر كل منها لمتابعة المواقع التى تم الدخول إليها.

لمعاينة الملفات View Filesالتى استعرضوها من مخبأ القرص، انقر رمز مستعرض الإنترنت بالزر الأيمن للفأرة، واختر أمر خصائص Properties من القائمة التى تظهر ليظهر مربع حوار يحتوى على عدة تبويبات اختر منها التبويب العام Genral وفيه تجد فى المنتصف اختيارات ملفات الإنترنت المؤقتة Temporary Internet Files فاختر منها الإعدادات Settings وانقر عليها.

يظهر مربع حوار يحتوى على زر به كلمة معاينة الملفات View Files.

انقره لتظهر الملفات.

هناك أيضاً عديد من البرامج التى تساعدك فى منع الوصول إلى المواقع غير مرغوبة أو موضوعات غير مرغوبة مثل برنامج Blocker أو برنامج Net Nanny فبرنامج مثل Net Nanny يتضمن قائمة بالمواقع التى يمكنك أن تجعلها محجوبة اعتماداً على تجربتك وتقييمك للمواقع التى تمر بها أو تسمع عنها، كما يمكنك أن تقوم دورياً بجلب نسخة محدثة من تلك القائمة عبر الإنترنت، وتجد برنامج Net Nanny فى العنوان http://www.netnanny.com/.

باستخدام ذلك النوع من البرامج يمكنك أن تقوم بحجب ما شئت من المواد وليست المواد الخليعة فقط إذ يمكنك أن تقوم بحجب ومنع معظم الأشياء التى لا ترغب فى ظهورها على جهازك مثل معادلات تركيب وصنع القنابل والمخدرات والتعليمات المتطرفة ومواقع نصائح اللصوصية وغيرها.

إذا كنت من مشتركى شبكات خدمة مباشرة فقد تجد أنها تتيح طريقة ما لتصفية وحجب بعض المناطق التى لا ترغب فى أن يصل إليها أولادك فشبكة الخدمة المباشرة America Online تتضمن هذه الأداة منذ فترة طويلة كما أن شبكة MSN تتيح إمكانية حجب مجموعات الأخبار وغيرها من مناطق الإنترنت.

للعثور على برامج أخرى من هذا القبيل ابحث عن كلمة "blooking" بواسطة بحث ياهو Yahoo أو أى من مواقع البحث والتفتيش الأخرى على ويب وستجد الكثير من البرامج مثل:
SurfWatch, CyberPatrol, CYBERSitter, NetShepherd, TattleTable,Bess the Internet Retriever.

أصبحت أدوات الحماية والحجب من البنية الضمنية لبرامج تصفح ويب وبرنامج التصفح إنترنت إكسبلورر يملك مثل تلك الأدوات.

لاستخدام تلك الأدوات اختر أمر خيارات الإنترنت Internet Options من قائمة الأدوات Tools وستجد منطقة تشغيل وتعطيل ميزة التصفية والحماية باستخدام كلمة مرور ويمكنك ضبط هذه الميزة لحجب بعض المواقع حجباً كلياً وإتاحة المرور إليها عبر كلمة مرور فقط.

<u>تغيير إعدادات السرية والتأمين وحماية الأولاد:</u>

✍**<u>لتجنب الكثير من المشاكل:</u>**

١- ابدأ تشغيل إنترنت إكسبلورر.
٢- اختر خيارات الإنترنت Internet Options من قائمة الأدوات يظهر مربع حوار خيارات إنترنت، فانقر على تبويب المحتويات Content.
٣- انقر زر تمكين Enable لإظهار مربع كلمة سر المشرف Supervisor Password (المشرف هو أنت)، وإذا لم تكن قد قمت بإعداد أوضاع تأمين من قبل فيظهر مربع حوار إنشاء كلمة سر المشرف Create Supervisor Password.

اكتب كلمة السر فى مربع كلمة Password ولاتنس كلمة السر هذه وإلا فلن تستطيع بعد ذلك تغيير هذه الإعدادات بعد ذلك، وإذا ظهر مربع تأكيد كلمة السر اكتبها مرة ثانية فى مربع تأكيد كلمة السر Confirm password.

٤- انقر موافق OK ثم انقر موافق OK مرة أخرى للعودة إلى خيارات إنترنت.

٥- انقر على زر إعدادات Settings فى مربع حوار خيارات إنترنت ثم قم بإدخال كلمة السر Password التى كتبتها فى الخطوات السابقة ثم انقر موافق OK ليظهر مربع حوار محتويات الإشراف Content Advisor يحتوى على ثلاثة تبويبات هى المعدلات Ratings وعام General ومتقدم Advanced.

٦- فى تبويب المعدلات Ratings تجد تصنيفات Category موجودة فى مربع انقر على أحد هذه التصنيفات تظهر موضوعاته.

٧- اسحب المنزلق الموجود تحت التصنيف إلى اليسار عند المستوى صفر لعرض الموضوعات الخاصة بهذا التصنيف كاملة دون منع، أو اسحبه إلى أقصى اليمين لمنع البرنامج من الدخول إلى هذا التصنيف من هذه الموضوعات وبهذا تحد من الموضوعات الغير مناسبة للأولاد مثل العنف والخلاعة.

٨- استمر فى تحديد مستوى استقبال باقى التصنيفات للموضوعات المختلفة.

٩- انقر على تبويب عام General وللحماية الكاملة الموضوعات التى تريد قم بتبطلها فى المربع المجاور لها علماً بأن هذا قد يمنع دخول بعض المواقع.

١٠-انقر على زر متقدم Advanced حيث يمكنك تحديد مدى عرض المحتويات التى يجرى تحديثها.

١١-انقر زر تطبيق Apply ثم انقر موافق تعود إلى مربع خيارات إنترنت.

١٢-انقر على تبويب التأمين Security لمعاينة مستويات التأمين.

١٣-تأكد من وجود علامة بجوار زر (تأمين عال لإنترنت High Most Secure)، فإذا لم تجده انقره لتشغيله لضمان أكبر قدر من التأمين وجعل البرنامج يتولى حماية جهازك من الزوار الذين قد يرغبون فى عمل تدمير للنظام الخاص بك.

١٤-انقر زر تطبيق Apply ثم انقر موافق OK وقم بإغلاق مربع الحوار.

✍ قد يكون مناسباً الابقاء على الأوضاع الافتراضية وقد تجد أنه من الضرورى تغيير بعض هذه الإعدادات ولعمل ذلك نتبع الخطوات التالية:

١- قم بتشغيل إنترنت إكسبلورر.

٢- اختر خيارات الإنترنت Internet Options لعرض مربع حوار خيارات الإنترنت ثم انقر على تبويب متقدم Advanced.

٣- تأكد من أن كل بند من البنود التى تبدأ بكلمة تحذير Warn شغالا بمعنى وجود علامة أمامه فإذا لم يكن كذلك انقر عليه حتى يقوم البرنامج بالتحذير فى أى حالة من الحالات التى تستدعى التحذير مثل التغيير بين السرية وعدم السرية وغيرها.

٤- فى الوضع الافتراضى نجد بند Cookies يحتوى على ثلاثة عناصر يكون الشغال فيها هو الوضع الأول Always Accept ويعنى هذا الوضع شيئا هاما فهذا الوضع يبين أنه عند زيارة أى موقع ويب يتم عمل ملف نصى يحتوى على معلومات عنك وعن الموقع الذى قمت بزيارته ويتم عمل هذه الملفات دون علم الشخص الذى يعمل على الكمبيوتر، لكن لا يوجد سبب يمنع من جعل البرنامج يقوم بإبلاغه أنه سيتم إنشاء هذا الملف لذلك نختار الوضع الثانى (إعلام قبل قبول الملف Prompt before accepting cookies) أو عدم إنشائها.

٥- انقر زر تطبيق Applyثم انقر موافق.

على الرغم من ذلك فللبرنامج خيارات متعددة لتشغيلها أو عدم تشغيلها لكن ذلك لا يمنع أن الأوضاع الافتراضية تحقق أفضل استخدام.

فى أحدث إصدار للبرنامج فى مربع حوار خيارات الإنترنت يستخدم تبويب التأمين Security لمعاينة وتغيير التأمين، وفيه تجد عناصر التأمين مشتملة على الإنترنت Internet والإنترنت المحلية Local Internet ومواقع مأمونة Trusted Sites ومواقع محظورة Restricted Sites.

عندما تختار أى عنصر يمكن تحديد محتويات وطرق وموضوعات التأمين أما اختيار المواقع فتقوم بكتابة اسم المواقع بنقر زر مواقع Sites فى مربع الحوار.

عند نقر زر تخصيص المستوى Custom Level يظهر مربع حوار لتشغيل Enable أو إلغاء Disable الموضوع أو عرض إشارة Prompt للموضوع قبل تشغيله أو تحميله لتختار الاختبارات المناسبة (يمكن اختيار الافتراضى).

بنفس الطريقة يمكن أيضا تحديد مستوى الخصوصية Privacy من تبويب الخصوصية فى مربع حوار خيارات الإنترنت بسحب منزلق الخصوصية نحو المتوسط أو أقل أو أعلى أو إلغاء التعامل مع البرمجيات الإضافية Cookies تماما أو السماح بها تماما.

فى الوضع الافتراضى نجد بند Cookies يحتوى على إمكانية القبول المتوسط ويعنى هذا الوضع أنه عند زيارة أى موقع ويب يتم عمل ملف نصى يحتوى على معلومات عنك وعن الموقع الذى قمت بزيارته ويتم عمل هذه الملفات دون علم الشخص الذى يعمل على الكمبيوتر لذلك يمكن عدم إنشائها.

عند تغيير بعض هذه الإعدادات فى التبويب المتقدم Advanced من مربع خيارات الإنترنت Internet Options.

كل بند من البنود (السرية Security والطباعة Printing والوسائط المتعددة Multimedia وبند بروتوكول النص الفائق HTTP والاستعراض Browsing والوصول Accessibility) له عناصر لتشغيلها أو عدم تشغيلها اعتمادا على الرغبة، مثل إلغاء عرض الصور لسرعة الاستعراض.

قد لا يكون هذا النوع من برامج الحجب والحماية فعالا فتلك البرامج ليست دقيقة وكاملة لكنها فعالة ومفيدة جدا، لكن أن ينتقدها

بعض الناس بحجة أنها تعتبر تحديا وإهانة لمبدأ حرية التعبير عن الرأى فإن هذا الرأى هو الإسفاف بعينه فحتى لو لم تكن الأخلاق والديانات والعادات القويمة والتقاليد السليمة تمنعها فيجب الإيمان التام بمبدأ الرعاية والمسئولية عن الأولاد لذلك فهذه البرامج مفيدة وتتيح للأهل إمكانية الحيلولة بين الأولاد وبين المواقع الخطرة والضارة أخلاقيا.

بسبب الفضول الطبيعى والحيوية والاندفاع والانبهار ورغبة الاستكشاف والاتصال وقضاء وقت طويل وعدم تحديد هدف معين وكونهم من القرى الشرائية لكبيرة فإن الأطفال والمراهقين هم أكثر التاس تعرضا واستهدافا لمخاطر الإنترنت بالاطلاع على مواد غير مناسبة أخلاقيا أو دينيا أو اجتماعيا أو ثقافيا، والارتباط بعلاقات غير مأمونة، والحصول على المعلومات منهم، ومن برامج إغلاق المواقع:

- برنامج SurfWatch بالموقع www.surfwatch.com.
- برنامج CyberPatrol بالموقع www.cyberpatrol.com.
- برنامج NetNanny بالموقع www.netnanny.com.
- برنامج CyberSister بالموقع www.cybersister.com.

أمن التجارة والمراسلات

أعمال الاحتيال والنصب والغش كثيرة على الإنترنت أشهرها مجموعات الرسائل التى تصل عن ثروات لأشخاص مشهورين أو أرصدة لموتى يطلب المساهمة فى إخراجها من بلاد بعينها ونقلها إلى ما وراء البحار مع اقتسامها، أو الاشتراك فى شركة، أو العمل فى المنزل، أو كسب آلاف وملايين النقود، أو ضبط الحسابات المالية، أو المقامرة والحصول على جوائز وبضائع ومزادات وغيرها من وسائل الاحتيال الأخرى التى نقلت أعمالها من حياة الناس إلى القضاء الإلكترونى.

التسوق الآمن:

تستطيع بقدر الإمكان وضع مخطط للتسوق الآمن عبر الإنترنت عن طريق التسديد بحوالة أو نقداً عند الاستلام، ومعرفة الموقع الذى تشترى منه والاطلاع على معلومات عنه، والتسوق من مواقع مؤمنة وموثوق بها، والاحتفاظ بنسخة من نموذج الشراء، والتحقق من التكاليف الإضافية للشحن أو النقل والرسوم، الحرص من الاحتيال، معرفة الضمان وسياسة إرجاع البضائع، التحقق من أمان الموقع.

أيضاً التحقق من وجود قفل أو مفتاح التأمين للموقع، والتأكد من عنوان لموقع وبريده الإلكترونى وطرق الاتصال وشهرة الموقع، ويمكن أيضاً التحقق من مواقع التحقق على الشبكة.

سرقة بطاقة الاعتماد:

التسوق على الإنترنت قد يؤدى إلى سرقة رقم بطاقة اعتمادك المالى فاستخدام بطاقة الاعتماد المالى على الإنترنت ينطوى على الخطورة مع مراعاة أن عمليات السطو على أرقام بطاقات الاعتماد على الإنترنت عمليات نادرة ويمكن لتلك العمليات أن تحدث لكن من قبل شخص ماهر فى مجال الكمبيوتر ويعرف ما يقوم به.

إضافة إلى ذلك فإن برنامج نتسكب وبرنامج إنترنت إكسبلورر هما الأكثر استخداما بين برامج التصفح ويتضمان آلية ضمنية لترميز المعلومات كما أن العديد من مواقع ويب تستعمل خدم تتضمن آلية ترميز ضمنى وعندما يتم إرسال رقم البطاقة من خلال أحد هذين البرنامجين إلى خادم يعمل بنظام ترميز للحماية فإنه يتم ترميز المعلومات مما يجعلها غير مجدية بالنسبة للغيلا ولمعرفة المواقع التى تتمتع بالحماية لاحظ رمز القفل الصغير الموجود فى الزاوية السفلية للنافذة فهذا القفل هو الرمز الذى يستخدمه المتصفح إنترنت إكسبلورر للإشارة إلى أن الموقع يتمتع بالحماية أما برنامج نتسكيب فيستخدم صورة مفتاح فى الزاوية السفلية اليسرى للإشارة إلى الغرض نفسه فإّا كانت صورة المفتاح مكسورة فذلك يشير إلى أن المةقع لا يتمتع بالحماية.

ليس المهم إذن الطريقة التى تستخدمها لتمرير رقم بطاقتك إلى البائع بل المهم ما يحدث بعد أن يتم استلام الرقم وكيف سيتصرف فيها البائع.

<u>أمن التجارة الإلكترونية:</u>

يتصدر موضوع الأمن على شبكة الإنترنت اهتمام المستخدمين فى الشراء عبر الإنترنت.

<u>تقنية طبقة الفتحات الآمنة SSL:</u>

هو برنامج به بروتوكول تشفير متخصص لنقل البيانات والمعلومات المشفرة بين جهازين عبر شبكة الإنترنت بطريقة آمنه بحيث لا يمكن قراءتها لغير المرسل إليه وتختلف عن بقية طرق التشفير فى عدم طلب اتخاذ لأي خطوات لتشفير المعلومات المراد حمايتها من مرسل البيانات فكل ما يفعله المستخدم هو التأكد من استخدام هذا البروتوكول.

يقوم هذا البرنامج بربط المتصفح الموجود على جهاز المستخدم المشترى بجهاز خادم خاص لموقع الشراء إذا كان الخادم مزودا بهذه التقنية، ويقوم البرنامج بتشفير أى معلومة صادرة من المتصفح وصولا إلى جهاز خادم الموقع باستخدام بروتوكول تحكم النقل وبروتوكول الإنترنت TOP/IP.

يعمل البرنامج كطبقة آمنة وسيطة بين بروتوكول تحكم النقل وبروتوكول نقل النص المتشعب (HyperText Transfer Protocol) HTTP ، وتتلخص خطوات استخدام هذه التكنولوجيا فى:

١- يقوم الموقع بالتقدم إلى إحدى هيئات إصدار الشهادة الرقمية التى تثبت صحة هوية الموقع، وبعد التأكد من نشاط وحسن سيرة الموقع إضافة إلى استكمال متطلبات أخرى تقوم الهيئة بإصدار شهادة رقمية خاصة بالموقع تدون فيها معلومات الموقع مثل اسم الشركة وتاريخ إصدار وتاريخ انتهاء الشهادة كما يتم إصدار المفتاح العام والمفتاح الخاص للموقع الذى يوفر جهاز خادم مزود ببرنامج تشفير SSL ليتم تخزين المفتاح العام للموقع به.

٢- عند دخول المشترى (زائر الموقع) صفحة الموقع الآمنة التى يدخل بها معلومات الشراء يقوم المتصفح المزود بهذا البرنامج بالارتباط بالجهاز الخادم الآمن للموقع ويطلب منه الشهادة الرقمية، ومصدرها، وتاريخ انتهاء صلاحيتها، كما تتم المقارنة بين اسم الموقع على الشهادة مع اسم الموقع فى جهاز الخادم ومقارنة الرقم العام المرسل من الجهاز الخادمإلى المتصفح مع التوقيع الإلكترونى للشركة، وتتم هذه الخطوات للتأكد من مصداقية الموقع وحماية المستهلك من الشركات الوهمية، وتتم هذه الخطوات بواسطة متصفح المستخدم دون علمه أو تدخله، وبعد التأكد من عناصر التأمين يقوم المتصفح بإعلام المستخدم بالنتيجة عند عدم المطابقة أو فى وجود ملاحظات أمنية.

٣- بعد التأكد من مصداقية الموقع وارتباطه بجهاز الخادم الامن يتم تشفير المعلومات على أساس المفتاح العام للموقع ويتم نقل المعلومات بطريقة امنه دون تدخل من المستخدم ولا يتمكن أحد من سرقة المعلومات أو الاطع عليها سوى الموقع المعتمد الآمن فى الطرف الآخر الذى يملك المفتاح الخاص لإعادة فك تشفير المعلومات.

لأن العلماء يرغبون معرفة مدى سرية تداول المعلومات بعد وصولها إلى الموقع الآمن ومعرفة ما يحدث بعد فك التشفير فإن معظم المواقع تقوم بخطوات إضافية لحماية العملاء وحتى لا تهتز ثقة العميل بالموقع، **ومن هذه الخطوات:**

١- حصر فك شفرة معلومات مشفرة على عدد قليل من الموظفين الموثوق بهم.
٢- توزيع المعلومات الغير مشفرة وفرزها فى الأقسام المتخصصة إلكترونيا بحيث لا يحصل أى قسم إلا على معلومات يحتاجها فعليا.
٣- يقوم الموقع بإضافة بيانات العميل فى بنك معلومات خاصة محمى بجدران النار وكلمات سر لا يسمح بالوصل إليه لغير المخول بذلك.
٤- تقوم المواقع بعمل طبقات صلاحية للموظفين بحيث لا يمكن لأى موظف الوصول الى معلومات غير مصرح له بالوصل إليها.
٥- التحكم بالحركة فى أقسام الشركة.
٦- حفظ أرقام بطاقات الائتمان مشفرة فى أجهزة مستقلة غير مرنبطة بالإنترنت.
٧- لا يتم تداول معلومات بطاقات الائتمان بين أقسام الشركة.
٨- يتم التعامل التالى مع نفس العميل إلكترونيا دون تدخل أو اطلاع الموظفين على المعلومات مرة أخرى.

<u>التشفير</u>:

هى عملية تستخدم للحفاظ على سرية المعلومات باستخدام برامج تقوم بتحويل وترجمة المعلومات إلى رموز فإذا تم الوصول إليها من قبل أشخاص غير مخول لهم بذلك لا يتمكنون من فهمها بسبب ظهور خليط من الرموز والأرقام والحروف الغير مفهومة، وقد ساعدت الرغبة فى دعم أمن التجارة الإلكترونية فى زيادة توفير هذه النوعية من البرامج.

تختلف أنواع وأشكال برامج التشفير المتخصصة وتعتمد على مفهوم أن كل معلومة مشفرة تحتاج إلى ثلاثة عناصر مجتمعة لإعادتها إلى أصلها وعلى هذا ظهرت ثلاثة مصطلحات: المفتاح العام، والمفتاح الخاص، ورقم الأساس حيث إن أى معلومة مشفرة يمكن الاطلاع عليها بوجود هذه المفاتيح الثلاثة معا.

يتم إصدار رقم الأساس عن طريق البرنامج المتخصص أو هيئة مستقلة متخصصة فى إصدار هذه الأرقام وهو رقم التوثيق Certificate Authority (CA) بحيث يكون لكل مستخدم رقم أساس يتم تقسيمه إلى مجموعتين أولها المفتاح العام، وثانيها المفتاح الخاص، بحيث أن ناتج ضرب المفتاح العام فى المفتاح الخاص يساوى رقم الأساس وهو رقم لازم لإعادة المعلومات إلى وضعها قبل التشفير، وهو رقم خاص له حماية وتشفير.

المفتاح العام Public Key: هو رقم يتم تداوله ونشره بين بقية المستخدمين لتشفير أى معلومات أو رسالة إلكترونية مخصصة لك ويعتبر رقمك العام أساس التشفير، ولا يستطيع أحد فك رموز المعلومة غير صاحبها لأنها تحتاج رقماً سرياً هو مفتاح خاص لإكمال العملية الحسابية والوصول إلى رقم الأساس، وبالتالى فتح الملفات.

المفتاح الخاص Private Key: هو النصف الاخر المكمل للمفتاح العام للوصول إلى رقم الأساس وإعادة المعلومات المشفرةة لوضعها الطبيعى قبل التشفير، ويميز هذا المفتاح كل شخص عن غيره، ويكون بمثابة هوية إلكترونية تمكن صاحبها من فك أى معلومة مشفرة مرسلة إليه على أساس رقمه العام لذلك يجب عليه الاحتفاظ بالمفتاح الخاص سرا.

بهذه الطريقة لا يستطيع أحد فك الشفرات وقراءة المعلومات المحمية دون اكتمال الحلقة التى لا تتم بمعرفة القيمة الصحيحة للمفتاح العام والمفتاح الخاص.

هناك نوعان من تقنيات التشفير هما التشفير المتماثل Symmetric Algorithms وغير المتماثل Asymmetric Algorithms ، الفرق بينهما مهم في مستوى ودرجة الأمن، ففى التشفير المتماثل يتم تشفير الرسالة أو المعلومات باستخدام الرقم العام كما يتم فك الشفرة وترجمة المعلومات لوضعها الأصلى باستخدام الرقم العام فلو حصل أى شخص عليه من الدليل العام يقدر على فك الشفرة وقراءة المعلومات.

فى التشفير غير المتماثل يتم تشفير المعلومات بالرقم العام لكن لا يمكن فك الشفرة إلا بالمفتاح الخاص لصاحب المفتاح العام.

- ✓ **من أشهر طرق التشفير المتماثل:**

Blowfish, Digital Encryption Strandard (DES), Tiny Encryption. Algorithm(TEA), Triple DES, and International Data Encryption.

- ✓ **من أشهر طرق التشفير الغير متماثل:**

Pretty Good Privacy(PGP) and Reivest, Shamir&Aselman(RSA).

تعتمد قوة التشفير على عدد خانات كل رقم وتقاس بالبت فإذا كان الرقم مكونا من ٤٠ خانة فإن القوة تكون ٤٠ بتا، وإذا كان الرقم من ٥٦ خانة تكون قوة التشفير ٥٦ بتا، وتتوفر تقنيات تسمح بقوة تشفير ٣٠٠٠ بت لكن لا تسمح الحكومة الأمريكية إلا بتداول قوة تشفير لا تزيد عن ١٢٨ بت.

التوقيع الإلكترونى **Electronic Signature**:

بدأ عصر التعامل الإلكترونى والانتشار بعد الاعتراف بالتوقيع الإلكترونى قانونيا وبدأت خطوات تعميم استخدامه كأداة تعاملات.

التوقيع الإلكترونى هو ملف رقمى صغير (شهادة رقمية) تصدر عن إحدى الهيئات المتخصصة المستقلة المعترف بها من الحكومة مثل مكاتب التوثيق القانونية، وفى هذه الملف يتم تخزين اسم ومعلومات الرقم المسلسل وتاريخ انتهاء الشهادة ومصدرها، وتحتوى شهادة التوقيع الرقمى عند تسليمها على مفتاحين (المفتاح العام والمفتاح الخاص؟)، ويعتبر المفتاح الخاص هو توقيع إلكترونى يميز صاحبه، أما المفتاح العام فيتم نشرة فى دليل متاح لكل الناس.

إن مشكلة الأمن والخصوصية على الإنترنت تشغل الاهتمام كما تثير قلق الناس وانعدام الثقة بالشبكة واستخدامها فى المعاملات التجارية لذلك تم اللجوء إلى التوقيع الإلكترونى الرقمى لرفع مستوى الأمن والخصوصية فى تعاملات الشبكة وذلك بقدرة هذه التقنية على حفظ سرية المعلومات والرسائل وعدم قدرة أى شخص اخر على الاطلاع أو تعديل أو تحريف الرسالة، كما يمكنها أن تحدد شخصية وهوية المرسل والمستقبل الكترونيا للتأكد من مصداقية الشخص مما يسمح بكشف التحايل أو التلاعب.

يمكن الحصول على توقيع إلكترونى بالتقدم إلى إحدى الهيئات المتخصصة فى إصدار هذه الشهادات، ومن أشهرها VerSign and Digital Signature Trust مقابل مبلغ سنويا وتتم مراجعة الأوراق والمستندات ومطابقة الهوية بواسطة جواز السفر أو رخصة القيادة وتصعب الإجراءات أو تسهل تبعا لغرض استخدامها.

- **أولاً:** يتقدم المستخدم إلى الهيئة المتخصصة بإصدار الشهادات.
- **ثانياً:** يتم إصدار الشهادة بمفتاح عام ومفتاح خاص للمستخدم.
- **ثالثاً:** عندما يرسل شخص رسالة إلكترونية يقوم بتشفير الرسالة بالمفتاح العام لمستقبل الرسالة أو بالمفتاح الخاص بالمستخدم الأول، وفى الحالتين يتم إرفاق التوقيع الإلكترونى للمستخدم الأول داخل الرسالة.
- **رابعاً:** يقوم البرنامج الخاص بمستقبل الرسالة بإرسال نسخة من التوقيع الإلكترونى إلى الهيئات التى أصدرت الشهادة للتأكد من صحة التوقيع.
- **خامساً**: تقوم أجهزة كمبيوتر هيئة بمراجعة قاعدة بياناتها والتعرف على صحة التوقيع وتعاد النتيجة ومعلومات الشهادة الى أجهزة الهيئة مرة أخرى.
- **سادساً:** يتم إرسال المعلومات والنتيجة إلى مستقبل الرسالة ليتأكد من صحة وسلامة الرسالة والتوقيع.
- **سابعاً:** يقوم المستقبل بقراءة الرسالة باستخدام مفتاحه الخاص اذا كان التشفير قد تم على أساس رقمه العام أو بواسطة الرقم العام للمرسل إذا تم التشفير بواسطة الرقم الخاص للمرسل، ثم يجيب على المرسل بنفس الطريقة.

التوقيع الإلكترونى ليس توقيعاً باليد فى صورة رفمية بل هو شهادة رقمية تصدر عن إحدى الهيئات المستقلة تميز كل مستخدم، ويمكن أن يستخدم فى إرسال وثيقة أو عقد تجارى أو تعهد أو إقرار، ويعد قانونا فى بعض الدول، وتكون الوثائق والعقود التجارية المذيلة بالتوقيع الإلكترونى بغير حاجة إلى مصادقة لأنها صادرة أساساً من جهة معترف بها، ولا يمكن استخدامها حاليا فى القضايا المدنية أو الجنائية.

إرسال رسائل آمنة:

١- يمكن فى برنامج أوتلوك إكسبريس OutLook Express استخدام المعرفات الرقمية Digital ID لإثبات هوية الأشخاص أثناء تبادل رسائل البريد الإلكترونى فى المعاملات الإلكترونية، ويمكن استخدام المعرفات الرقمية لتشفير الرسائل للاحتفاظ بالخصوصية أثناء مرور الرسائل فى شبكة إنترنت لمنع عبث الآخرين بها والاطلاع عليها فلا يمكن لأى شخص آخر معرفة محتوى الرسالة غير المرسل والمستقبل.

٢- يتألف المعرف الرقمى من مفتاح عمومى Public Key ومفتاح خصوصى Private Key وتوقيع رقمى Digital Signature، فعند توقيع رسالة إلكترونيا يتم إضافة التوقيع الرقمى والمفتاح العام الخاص إلى الرسالة.

عند إرسال رسائل مشفرة يجب أن يحتوى دفتر العناوين على المعرفات الرقمية الخاصة بالمستلمين لاستخدام مفاتيحهم العامة فى تشفير الرسائل، عندما يحصل مستلم على رسالة مشفرة يستخدم المفتاح الخاص به لفك تشفير الرسائل وقراءتها.

يستخدم المستلمون توقيعك الرقمى للتحقق من هويتك واستخدام مفتاحك العام لإرسال البريد المشفر إليك ليمكنك أنت فقط قراءته.

قبل إرسال رسائل موقعة رقمياً يجب الحصول على معرف رقمى من جهات معتمدة توفره ويجب إعداد حساب البريد الإلكترونى لاستخدامه ويجب أن يحتوى دفتر عناوينك على معرف رقمى لكل مستلم يتم إرسال رسائل مشفرة إليه.

الحصول على معرف رقمى:

يتم إصدار المعرفة الرقمية من قبل مصادر الشهادات المستقلة على إنترنت حيث يقوم الموقع المانح بالتحقق من هويتك قبل منحك المعرف الرقمى.

✍ **يمكن الحصول على معرف رقمى من شركة VeriSign بالخطوات التالية:**

١. اختر أمر Options من قائمة أدوات Tools ليظهر صندوق حوار الخيارات على الشاشة ثم انتقل لتبويب أمان Security.
٢. انقر زر الحصول على معرف رقمى Get Digital ID ليتم الانتقال فى برنامج الاستعراض لموقع مايكروسوفت الخاص بمنح ترخيصات شركة VeriSign.
٣. اقرأ معلومات الحصول على ترخيص المعرف الرقمى ثم انقر على الارتباط الخاص بشركة VeriSign.
٤. اقرأ التعليمات الموجودة فى الصفحة ثم انقر الارتباط الخاص بفئة المعرف الرقمى الذى تريد الحصول عليه.

يمكن الحصول على نسخة تجريبية لمعرف رقمى مجانى لمدة ٦٠ يوما بنقر الارتباط الموجود فى نهاية الصفحة.

١. قم بملء استمارة التعارف وبها عنوان البريد الإلكترونى الذى تريد استخدام المعرف الرقمى معه ثم قم بإرسال الاستمارة.
٢. بعد نقر الارتباط بفئة الترخيص يتم الانتقال للخطوة الأولى من خطوات منح الترخيص.
٣. يقوم الموقع بإرسال رسالة بريد إلكترونى للعنوان المحدد فى استمارة التعارف قم بفحص البريد الإلكترونى الوارد إليك فى أوتلوك إكسبريس ثم افتح الرسالة المرسلة من موقع VeriSign لتجد بها رقم المعرف الرقمى الذى حصلت عليه.
٤. انقر الارتباط التشعبى الموجود فى الرسالة للانتقال مرة أخرى لموقع VeriSign لاستكمال باقى خطوات إعداد المعرف الرقمى.
٥. قم بإدخال رقم المعرف الرقمى فى الحقل المخصص لذلك داخل صفحة الموقع ثم انقر زر Submit وتابع باقى خطوات التثبيت.
٦. يتم عرض معلومات المعرف الرقمى الذى حصلت عليه على الشاشة.

٧. انقر زر Install ليتم تركيب المعرف الرقمى فى أوتلوك إكسبريس.

تعيين المعرف الرقمي لحساب البريد الإلكتروني.

قبل إرسال الرسائل المشفرة رقميا يجب إضافة المعرف الرقمى إلى حساب البريد الإلكترونى ويتم ذلك باتباع الخطوات التالية:

١- انتقل إلى تبويب تأمين Security داخل صندوق حوار خيارات Options فى أوتلوك إكسبريس ثم انقر زر Digital IDs لتجد المعرف الرقمى الذى حصلت عليه فى خانة المعرفات الشخصية Personal.
٢- انقر زر عرض View لرؤية تفاصيل وخصائص شهادة المعرف الرقمى التى تم الحصول عليه ثم قم بإغلاق صناديق الحوار المفتوحة.
٣- اختر حسابات Accounts بقائمة أدوات Tools ثم انتقل لتبويب البريد Mail.
٤- انقر خصائص Properties ليظهر صندوق حوار خصائص البريد الإلكترونى.
٥- انتقل لتبويب التأمين Security ثم انقر زر تحديد Select ليظهر صندوق حوار تحديد المعرف الرقمى لحساب البريد الافتراضى.
٦- حدد المعرف الرقمى من خانة صندوق الحوار ثم انقر موافق Ok للخروج لصندوق حوار أمان، ثم انقر زر الموافقة Ok لتعيين المعرف الرقمى لحساب البريد الإلكترونى الافتراضى ليكون جاهزاً لإرسال الرسائل المشفرة والموقعة إلكترونياً.

إرسال الرسائل المشفرة والموقعة إلكترونياً.

قبل إرسال رسالة مشفرة لشخص ما يجب معرفة المعرف الرقمى الخاص به لتشفير الرسالة من خلاله ويمكن الحصول على المعرف عند استقبال رسالة موقعة رقميا من هذا الشخص ليتم إضافة معرفه الرقمى تلقائيا لصندوق اتصالاتك Contacts وليتمكن شخص آخر من إرسال رسائل مشفرة لك يجب أن يحصل على معرفك الرقمى ليستخدمه فى تشفير رسائله إليك ويتم ذلك بأن ترسل إليه رسالة موقعة رقميا.

قم بإعداد رسالة بريد إلكترونى جديدة ثم اختر أمر Digitally Signature من قائمة أدوات Tools ليتم توقيع الرسالة رقميا وإضافة المعرف الرقمى الخاص بك إليها، ويظهر رمز التوقيع الرقمى مقابل عنوان المرسل إليه.

١- يتم تشفير الرسالة باختيار أمر Encrypt من قائمة أدوات Tools وفى هذه الحالة يجب أن يكون لديك المعرف الرقمى للشخص الذى ستقوم بإرسال الرسالة إليه ليظهر رمز التشفير مقابل عنوان المرسل إليه.
٢- انقر إرسال Send يظهر مربع حوار وعاء المفتاح تحديد مستوى أمان الرسالة.

٣- انقر زر Set Security Level ليظهر صندوق حوار تحديد مستوى الأمان.
٤- حدد مستوى الأمان المطلوب بتحديد زر الأمر المناسب ثم انقر زر التالى Next للانتقال للخطوة الأخيرة، انقر زر إنهاء Finish ليتم إرسال الرسالة.

عند إرسال بريد آمن يجب أن يكون عنوان البريد الإلكترونى المستخدم لتلقى الردود هو نفسه المستخدم لإرسال الرسائل الموقعة رقميا لكى يستخدمه المستلمون للرد على الرسائل الموقعة رقميا.

إضافة معرف رقمى إلى دفتر العناوين:

يمكن إضافة معرف رقمى من رسالة موقعة إلى دفتر العناوين باتباع الخطوات التالية:

١- افتح الرسالة الموقعة رقميا.
٢- اختر أمر خصائص Properties من قائمة ملف File.
٣- انتقل لتبويب أمان Security ثم انقر فوق أمر إضافة معرف رقمى إلى دفتر العناوين Add digital ID to the address book.

إضافة معرف رقمى من مصدر آخر إلى دفتر العناوين:

١- انقر بالزر الأيمن للفأرة على عنوان البريد الإلكترونى الموجود فى صندوق الاتصالات Contacts أو فى دفتر العناوين Address Book ثم اختر أمر خصائص Properties.

٢- انتقل لتبويب معرفات رقمية Digital Ids ثم انقر زر استيراد Import ثم حدد ملف المعرف الرقمى الذى تريد استخدامه ثم انقر فوق فتح Open ليتم إضافة المعرف الرقمى لعنوان البريد الإلكترونى المحدد.

الهجمات الخداعية وخداع ويب **Web Spoofing**:

يتعرض أمن شبكة الإنترنت لأخطار انتهاك الخصوصية، والتجسس، واعتراض البيانات عبر الشبكة، والفيروسات وغيرها من الأخطار التى تناولناها فى الأجزاء المختلفة، ومع كل يوم جديد تبرز أخطار جديدة، وتتوفر وسائل جديدة للتغلب على وسائل تأمين وحماية الشبكة، وتتطور أساليب وطرق وتقنيات التعدى والاختراق والقرصنة والتدمير.

عندما ظهرت برامج ووسائل القرصنة فقد كانت بعضها بسيطة، وسرعان ما تطورت إلى حد قدرتها على الالتصاق بكمبيوتر الضحية عن طريق لعبة أو برنامج نافع، وتقوم بإرسال بيانات المستخدم وكلمات السر وحتى نصوص معالج الكلمات عند الاتصال بالإنترنت إلى عنوان بريد المهاجم الذى يستطيع الاستفادة منها بمعرفة كلمات السر وأرقام بطاقات الائتمان وغيرها من البيانات.

فى الفترة الأخيرة ظهرت ملامح تطوير خداع ويب Web Spoofing أو تزييف التجول فى شبكة ويب، وهو نوع من الهجوم يسمح للمخترق بإنشاء نسخة مزيفة من شبكة ويب يتصل بها المستخدم عبر كمبيوتر المهاجم، ويستطيع المهاجم إرسال بيانات خاطئة إلى الضحية على أساس أنها قادمة من الشبكة، وبالتالى يتمكن المخترق من مراقبة أنشطة المستخدم ومعرفة كلمات السر وأرقام الحسابات وبطاقات الضمان المالى وغيرها من البيانات الأخرى.

فى الهجمات الخداعية Spoofing يقوم المهاجم بإنشاء أو تنظيم وجه غير حقيقى بسياق مضال يبدو حقيقيا لخداع الضحية التى تقوم بدورها بالتصرف على نحو خاطئ من وجهة نظر التأمين حيث يقوم المهاجم بإنشاء وجه مزيف مقتع للضحية بغرض دفعه حتى يفصح عن بياناته كما لو كان يعمل فى ظروف حقيقية.

فـى تصـفح الإنترنـت والتجـول عبـر الشـبكة العالميـة يتخـذ المسـتخدمون قـرارات خـلال التعامـل مـع الصـفحات فـى معظـم الأوقات، وقد تكون هذه القرارات صحيحة، أو قد تبدو صحيحة من وجهة نظر التأمين.

من بين مثل هذه القرارات فتح موقع يقوم فور فتح بنقل ملف إلى القرص الصلب أو استعراض موقع يطلب ملء بيانات نموذج، أو شـراء كتـاب مـن الشـبكة، ففـى الحالـة الأخيـرة وطبقـا لسـياق الموضوع فإن الموقع سوف يطلب بيانات بطاقة الاعتماد المالى وبيانات عنوان واسم المشترى الحقيقية.

إن أى قرار يتخذه المستخدم وهو فى اتصال مباشر قد يؤدى إلى نتائج وخيمة العواقب مثل انتهاك الخصوصية، أو الاختراق، أو التلاعب بالبيانات، أو السرقة، **ومن أمثلة ذلك:**

- الإفصاح عن بيانات حساسة مثل كتابة سر أو رقم حساب.
- قبول تنزيل ملف لأن الملف قد يحتوى ضررا بالغا.
- قبول صحة المعلومات المعروضة على شاشة الكمبيوتر.

فإذا تمكن أحد المخترقين من الحصول على بيانات مهمة أو تيسـير طريـق الاختـراق بتزيـل ملـف، أو عـرض معلومـات غيـر صحيحة على أساس أنها معلومات صحيحة يكون قد حقق أهدافه.

يعتمـد المهـاجمون فـى الشـبكات الوهميـة علـى دلائـل وسـياق تصحف الإنترنت لاستدراج الضحية والتغلب على احتياطات الأمن أو التغلب على ما يساوره من قلق بخصوص التصفح والأمن.

بصفة عامة تظهر فى الصفحات دلائل يمكن إظهارها أمام الضحية للتغلب على ما تردده فى اتخاذ قرار نقر وصلة أو تحميل ملف أو وضع بيانات مثل نصوص وصور الصفحة ووجود شعار لشركة ومظهر عناصر الصفحة مثل الخطوط والخلفية مما قد ينقل انطباعا واطمئنانا بشركة جدية موثوق بها ليستجيب المستخدم كما يرغب المهاجم.

يعتمد المهاجمون على أن قراءة أغلب المستخدمين للصفحات أو كلمات الوصلات تكون قليلة أو بدون تدقيق، لذلك يعمدون إلى اسـتخدام الأسـماء بطريقـة مغـايرة لحقيقتهـا أو محتوياتهـا كملفـات النصوص، أو يمكن للمهاجم استخدام أسماء شركات عالمية مغ

تغيير حرف، أو استخدام عناوين شركات دولية مع إضافة حرف أو استبدال حرف بحرف آخر باعتباره موقع شركة دولية بينما هو موقع مختلف، كما يستخدمون أسماء مواقع تشير إلى مكونات الكمبيوتر أو المعلومات دون أن تكون بنفس هذه الصفة.

من أنواع الهجمات الخداعية Spoofing أيضا خداع برنامج التصفحبتزييف بروتوكول النقل TCP لإرسال حزم المعلومات بعناوين عودة Return Address مزيفة، وتزييف نظام تسمية المجال DNS عن طريق تزييف عناوين الإنترنت IP لاسم مجال أو العكس.

بهذا يستطيع المهاجم بصفة عامة تمرير محتويات صفحته إلى المستخدم اعتمادا على زيادة الطمأنية وخداعه لجعله يتصرف إزاءها دون حرص.

خداع شبكة ويب يتم بإنشاء نسخة من شبكة ويب حقيقة بصفحاتها ووصلاتها لكن المهاجم يتحكم فيها بحيث تمر كل حركة المعلومات وتصرفات المستخدم بين متصفح المستخدم والشبكة عبر المهاجم.

من وسائل خداع شبكة ويب خداع الشبكة كلها أيضاً، ولا يحتاج المهاجم تخزين محتويات الشبكة إذ تظل شبكة ويب الحقيقة متاحة بطريقة غير مباشرة عن طريق استطاعة جهاز الخدمة فى شبكة المهاجم طلب الصفحات من شبكة ويب الحقيقية لينقل نسختها إلى المستخدم من خلال الشبكة المهاجم التى تكون فى موقع دخيل وسط بين المستخدم وشبكة ويب Man- in the Middle، ويقوم جهاز الخادم فيها بإعادة كتابة جميع عناوين الصيغة الموحدة URL لصفحة بحيث تشير إلى خادم المهاجم.

عندما يطلب المستخدم صفحة شبكة ويب، يقوم المتصفح بطلب الصفحة من خادم المهاجم، ويطلب خادم المهاجم الصفحة من الخادم الحقيقى، ثم يقدم الخادم الحقيقى الصفحة لخادم المهاجم الذى يعيد كتابة الصفحة، ويقدمها بعد إعادة كتابتها إلى المستخدم.

بالتـالى يـتمكن المهـاجممن مراقبـة تـداول البيانـات المسـتخدم وشـبكة ويـب، ويسـتطيع فـى بعـض الأحيـان تعـديلها، وتسـجيل الصـفحات ومحتوياتهـا ومعرفـة محتويـات النمـاذج مـن بيانـات، وتسجيل رد المواقع على المستخدم لمعرفة أرقام الحساب وبطاقات الائتمـان وكلمـات السر، ويمكـن أيضـا تزييـف بيانـات الاسـتمارات المسلمة قبل إرسـالها حتـى لـو كانـت تـتم عبـر وصـلة آمنـة للخـادم باسـتخدام طبقــة المقــابس الآمنــة SSL يظهــر فــى صــفحتها علــى المتصفح رمز قفل أو مفتاح أسفل نافذة المتصفح.

يبدأ الهجوم بداية بـإغراء المستخدم للدخول إلـى الشـبكة مثل نقر وصلة إلى الشبكة داخل صفحة موقع معروف، أو إرسـال بريد بوصلة إلى الشـبكة الوهميـة أو إلـى وصـلة إلـى صـفحة موجـودة فـى شبكة وهمية عند استخدام البريد الإلكترونـى المعتمد علـى ويـب، أو يمكن إدراج موقع يقود إلى الشبكة الوهمية فى محرك بحث.

قد يـدرك المسـتخدم وقـوع هجـوم لـذلك يقـوم المهـاجم بإخفـاء دلائل وقوع الهجوم حتى لا تفلت الضحية مثل التغلب علـى إمكانـات برامج التصفح وخصائصها التى تعرض بيانات ومعلومـات قد يفهم منهـا المسـتخدم تعرضـه للهجـوم مثـل: سـطر عنـوان الموقـع URL، وسطر الحالة Status Bar، والإشارات المرجعية Bookmarks.

يعرض سطر عنوان الموقع فـى نافذة المتصـفح عنـوان URL للصفحة المعروضـة ويؤدى الهجوم إلـى ظهـور عنـوان تمـت إعـادة كتابته مما يعطـى دليلاً علـى الهجوم لكـن المهـاجم يعـرف هـذا لـدلك يتعمد كتابـة برنـامج جافـا سـكريبت لإخفـاء العنـوان الحقيقـى وكتابـة العنوان الصحيح شكلا.

سطر الحالة Status Bar أسفل نافذة المتصـفح يعـرض رسـائل حالة تصفح الصفحات لذلك يقوم المهـاجم بإخفـاء محتوياتـه ببرنـامج جافا سكريبت ليشير إلى ما هو متوقع ظهوره.

قد يستخدم المهاجمون أجهزة آخرين لاقتحام أجهزة آخـرين أو لشن الهجمات السرقة والقرصنة من خلالها.

هناك دليل آخر علـى حـدوث الهجـوم لا يمكـن للمهـاجم إزالتـه لكن احتمال ملاحظته بعيد نسبياً.

فباستخدام خاصية View Source فى المتصفح يمكن الاطلاع على شفرة المستند بلغة ترميز النص المتشعب HTML لكن بعض الصفحات مثل صفحات ASP تخفى النصوص حيث يتم تفسيرها من قبل الخادم، وإن كان ممكنا بمعينة الصفحة معرفة العناوين التى جرى إعادة كتابتها لمعرفة حدوث الهجوم، إلا أن المحترفين أنفسهم لا يطالعون صفحات المصدر عند تصفح الشبكة إلا لأغراض المهنة، كما أن المبتدئين لا يعرفون كيفية عمل ذلك.

يمكن الخروج من الشبكة الوهمية أثناء الهجوم بدخول لأحد المواقع المفضلة Favorites التى تم وضع إشارة مرجعية Bookmark لها أو فتح عنوان باستخدام قائمة Open Location للوصول إلى الشبكة الحقيقية لكن إذا نقر زر الرجوع Back فقد يعود إلى الشبكة الوهمية، وقد يقوم بحفظ إشارة مرجعية bookmark لصفحة فى الشبكة وهمية عند الانتقال إليها يدخل الشبكة الوهمية مرة ثانية.

✍ للوقاية من الهجمات الخداعية وتقليل التعرض لها يمكن:

١- تعطيل عناصر جافا سكريبت JavaScript وتحكمات Activex فى المتصفح أو اختيار الإعلام عنها لقبولها من عدمه حتى لا يتمكن المهاجم من إخفاء أدلة الهجوم بواسطتها، ويمكن تشغيلها عند زيارة موقع موثوق به.

٢- التأكد من بيانات ومحتويات سطر عنوان المتصفح ومراقبة تغير العنوان.

٣- مراجعة سطر الحالة فى أثناء التجول، ومراقبة محتوياته عند وضع مؤشر الفأرة فوق وصلة، والاطلاع على بياناته بعد وصلة لملاحظة العنوان الذى سيتم تحميل صفحته والخادم الذى يتم الاتصال به.

٤- تساعد المؤشرات المتطورة فى صفحات الوصلات الآمنة على إدراك وقوع مثل هذه الهجمات.

الفصل الرابع
إدمان الإنترنت

مع الاهتمام الحديث بالإنترنت- فإن اكتشاف وتشخيص إدمان الإنترنت أمر صعب للغاية حيث نجد أن غالباً ما يكون هذا السلوك الإدماني ميتتر وغير ظاهر، فأفضل طريقة لاكتشاف إدمان الإنترنت والاستخدام القهري له هو مقارنة هذا الإدمان بمعايير أخرى لإدمان أشياء أخرى، وقد شبه الباحثون إدمان الإنترنت بأعراض ضبط- الاندفاعية Lmpulse-control الموجودة في المحور (I) في DSM-IV.(APA,1994) وقد كان موضوع (لعب القمار المرضي) أحد أبرز عناصر هذه الظاهرة، ويعتبر مقياس إدمان الإنترنت التشخيصي (IADQ) أحد أوائل أدوات الفحص التي طتورت لهذا الغرض (Young,1998b)

✍ والأسئلة الآتية تلخص المعايير الثمانية لهذا الاضطراب:

١- هل تشع بالانهماك مع الإنترنت (فكر في أنشطتك الأخيرة أو تصور جلستك القادمة)؟
٢- هل تشعر بالحاجة إلي استخدام الإنترنت وقت أطول لتحقيق إشباع؟
٣- هل قمت من قبل بجهود غير ناجحة لضبط استخدامك وإيقاف استخدامك للإنترنت؟
٤- هل تشعر بالاكتئاب أو الرتابة عند محاولة إيقاف الإنترنت؟
٥- هل تجلس علي الإنترنت أكثر مما كنت تنوى؟
٦- هل تعرضت لخطر فقدان علاقاتك المهمة أو وظيفتك بسبب الإنترنت؟
٧- هل كذبت علي أفراد أسرتك أو أصدقائك بسبب انهماكك في استخدام الإنترنت؟
٨- هل تستخدم الإنترنت للهروب من المشكلات المزاجية مثل(الشعور باليأس، بالذنب، القلق، والاكتئاب)؟

ويجب أيضاً تقييم الاستخدام غير ضروري، فمثلاً: هل استخدامك للإنترنت ليس له علاقة بالعمل أو الدراسة؟ وقد اعتبرت الإجابة بالإيجاب علي خمسة أسئلةأو أكثر، وعلي مدى ستة شهور تحقق معيار الاستخدام المفرط للإنترنت. بالإضافة إلي ما سبق فإن إهمال الواجبات لامنزلية، ومسئوليات الحياة والعزلة الاجتماعية وإجراء النشطة عبر الإنترنت تغير معايير أخري تؤخذ في الحسبان عند التشخيص.

فقد احتوى مقياس إدمان الإنترنت التشخيصي(IADQ) علي بعض العناصر غير المباشرة أو الظاهرة لإدمان الإنترنت، حيث توجد بعض العلامات التحفيزية لهذا الإدمانيمكن أن تكون مستترة أو متخفية تحت العادات الثقافية أو هى ذات طابع ثقافي تعمل علي تشجيع وتعزيز استخدام الإنترنت.

وقد قام(Bear&Wolf2001) بمزيد من التعديل لمقياس إدمان الإنترنت التشخيصي(IADQ) وأوصي بأ نتكون المعايير الخمسة الأولي ملزمة وضرورية لتشخيص حالة إدمان الإنترنت ويمكن أن تتحقق هذه المعايير دون انخفاض الداء اليومى للشخص، وأوصي أيضاً بواحد علي الأقل من المعايير الثلاثة الخيرة. والسبب وراء انفصال المعايير الثلاثة الأخيرة عن المعايير الأخرى أنها تؤثر علي قدرة المستخدم المرضية في التوافق (مثل الاكتئاب، والقلق، والهروب من المشكلات) وتؤثر أيضاً علي التعامل والتفاعل مع الأخرين (مثل:العلاقات المهمة، والعمل، وعدم الإحساس بالأمان مع الأخرين).

وقد اختبرت الدراسات الإمبريقية الحديثة مقياس إدمان الإنترنت التشخيصي(IADQ) وكشف أن استخدام ثلاثة أو أربعة معايير أو أكثر، وأخيراً فقد طرحت (Sharpro,2003) منهجاً لتشخيص إدمان الإنترنت معتمداً علي السلوب العام لاضطراب ضبط الاندفاعية Implse-control والتى توجد معايير .-DSM (APA,2000)IV حيث وسعت معايير تشخيص مشاكل استخدام الإنترنت، واحتوات علي: الانهماك غي التوافقي مع الإنترنت كم يشار إليه بعدم القدرة علي مقاومة الانهماك مع الإنترنت أو الاستخدام المفرط للإنترنت لساعات، وفترات أطول مما هو مخطط له، وكيفية تأثير استخدام الإنترنت علي الحياة الاجتماعية أو تسبب استخدام الإنترنت في خلل وظيفي ومهني مؤثر.

وأخيراً فلإن الاستخدام المفرط للإنترنت لا يحدث أثناء فترات الهوس الخفيف أو الهوس ولايمكن أن يعد من اضطرابات المحور(I) في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للأمراض النفسية والعقلية DSM-IV.

وحديثاً فقد قررت الجمعية الأمريكية للطلب النفسي تضمسن الاستخدام المرضي للكمبيوتر في النسخة القادمة من إصدارها من الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للأمراض النفسية والعقلية (Block,2008).(DSM-5)

ومن الناحية النظرية فإن التشخيص يعمل علي جانب قهرى اندفاعي يتضمن استخدام الكمبيوتر مع الإنترنت أو بدون إنترنت ويشمل ذلك علي الأقل ثلاثة أنواع فرعية وهي:

١- الاستخدام المفرض لألعاب الكمبيوتر
٢- الانهماك أو الانشغال مع المسائل الحنسية.
٣- كتابة الرسائل الإلكترونية (استخدام البريد الإلكترونى) (Block,2007) **وكل هذه الاستخدامات تتشارك في أربعة عناصر وهي:**

أ. الاستخدام المفرض، وعادة ما يرتبط مع عدم الإحساس بالوقت وإهمال الأمور الحياتية المهمة والدوافع الأساسية (طعام، عدم النوم).
ب. الانسحاب ويشمل (الإجساس بالغضب، والقلق، والاكتئاب) عند فقدان الاتصال بالإنترنت.
ج. التحمل: ويشمل الحاجة إلي معدات أو أجهزة كمبيوتر أحدث وبرامج جديدة، ومزيد من ساعات الاستخدام.
د. النتائج السلبية: مثل الكذب، ضعف الإنجازات الأكاديمية، والعزلة الاجتماعية، والتعب.

وهذا المعايير السابقة تعرف علي أنها(إدمان للإنترنت) وتتشمل عناصر رئيسية مرتبطة بالسلوك القهرى.

<u>مقياس إدمان الإنترنت (LAT):</u>

يعتبر مقياس إدمان الإنترنت من أهم الدوات التي تتمتع بمصداقية في قياس إدمان الإنترنت(Widyano&McMurren,2004) وقد

وجدت الدراسات أن اختيار قياس إدمان الإنترنت(IAT) ذو ثبات مقبول ويغطى الخصائص الرئيسية للاستخدام الالباثولوجى للإنترنت، ويقيس الاختبار مدى انهماك العميل مع الكمبيوتر وملازمته له. وقد تم تصنيف السلوك الإدمان من (ضعيف إلي معتدل إلي شديد ومفرط) ويمكن استخدام الاختبار للتطبيق علي المرضي الخارجيين outpatient ، والمرضي المقيمين في المصحات، والعيادات inpatient ، وممكن أن يعدل طبقاً للاحتياجات الإكلينيكية، وعلاوة علي ذلك فبعد إثبات صدقه في النسخة الإنجليزية فقد أجريت دراسات لتقنينه في لغات أخرى مثل الإيطالية، والفرنسية مما يجعله أول أداة في هذا المجال ذات معايير سيكو مترية عالية لقياس الظاهرة.

تطبيق المقياس:

اطلب من العميل ببساطة أن يجيب علي العشرين سؤالاً اعتماداً علي مدرج مكون من خمس درجات (سلم ليكرت) وعلي العميل أن يأخذ في اعتباره الوقت الذي يقضيه علي الإنترنت وذلك لأسباب غير أكاديمية ودراسية أو لأسباب غير متصلة بعمله وذلك أثناء إجابته أي في الأوقات الذي يعتبر استخدامه فيها نرفيهياً فقط.

صفر = لاينطبق
١=نادراً
٢= أحيانا
٣=كثيراً
٤=غالباً
٥=دائماً

١- هل تجلس علي الإنترنت وقتاً أطول مما تنوى؟
٢- هل تهمل أعمالك المنزلية الروتينية لقضاء أغلب وقتك علي الإنترنت؟
٣- هل يعدل الجلوس علي الإنترنتمزاجك لذا تفضل الجلوس عليه؟
٤- هل تقيم علاقات مع مستخدم أخر للإنترنت؟
٥- هل يشتكى المحيطون بك من قضائك وقتاً طويلاً علي الإنترنت؟

٦- هل تهمل واجباتك واجيباتكالمنزيلية بسبب قضائك وقتاً طويلاً علي الإنترنت؟
٧- هل تفحص بريدك الإلكترونى قبل عمل أشياء مهمة أخرى؟
٨- هل تهمل أداء وظيفتك بسبب الإنترنت؟
٩- هل تتشتت أفكارك بسبب تفكيرك في الجلوي علي الإنترنت؟
١٠- هل تفكر في ميعاد الجلسة القادمة علي الإنترنت؟
١١- هل تجد نفسك عدوانياً عندما يسألك أحد عما تفعله علي الإنترنت؟
١٢- هل تفكر في أن حياتك ستكون مملة، وغير ممتعة بدون استخدام الإنترنت؟
١٣- هل تشعر بالغضب، والإحباط إذا ما أزعجك أحد وأنت علي الإنترنت؟
١٤- هل تعانى من قلة النوم بسبب تأخير ليلاً علي الإنترنت؟
١٥- هل تشعر بالتفكير في الإنترنت عندما تكون غير متصل به؟
١٦- هل تقوله لنفسك (فقط بضع دقائق، وسأخرخ عندما تكون متصلاً)؟
١٧- هل حاولت مراراً أن تقطع استخدامك للإنترنت أو تقلل وقت الاستخدام؟
١٨- هل حولت قبل ذلك إخفاء مرات اتصالك بالإنترنت؟
١٩- هل تفضل قضاء وقتك علي الإنترنت بدلاً من الخروج للتنزه؟
٢٠- هل تشعر بالغضب والإحبا\، والعصبيه عندما يتذبذب الاتصال بالإنترنت؟

والإجابة علي البنود السابقة تعطى درجة خام من الدرجات التالية:

- **٠-٣٠=طبيعي.**
- **٣١-٤٩=خفيف.**
- **٥٠-٧٩=متوسط**
- **٨٠-١٠٠=شديد.**

وبمجرد أن يتم حساب الدرجة الكلية للعميل، يتم تصنيفه تبعاً للتصنيفات السابقة، ويوضح المؤلفون بأن العميل إذا أجاب علي الأسئلة بـ(غالباً) حتى السؤال(١٢) فإن الإجابة تعني الإحساس بالفراغ في حياة، وإحساسه بالملل بدون الإنترنت، وخوف العميل من تعطيل وانقطاع الإنترنت.

وفيما يتعلق بفقدان النوم، وسبب استخدامه للإنترنت فيتضح إذا أجاب العميل علي خمسة أسئلةب(دائماً)حتى السؤال(١٤).

وفيما يتعلق بفقدان النوم، وسبب استخدامه للإنترنت فيتضح إذا ما أجاب علي خمسة أسئلة ب(دائما) حتى السؤال(١٤)، وهو أمر يكشف الستار عن قضاء العميل وقتاً طويلاً للغاية إلي نهاية الليل في استخدام الإنترنت. مما يساهم في تناقص أدائه في عمله، ويسبب صعوبة بالنسبة للتلاميذ في حضور للمدرسة، وفي أداء ربة المنزل لأعمالها المنزلية الأمر الذي يؤثر بصورة سلبية علي الصحة.

ضبط استخدام الإنترنت:

يستخدم الإنترنت في ممارسة الأعمال التجتارية، وفي المنزل مثل البريد الإلكترونى أو يستخدم في الأعمال المصرفية، ولذا فإن نماذج الامتناع التقليدية لاتعبر عن تدخلات عملية وفعالة حيث إنها نماذج مغرقة في المثالية ونماذج العلاج الناجحة يحجب أن تعمل علي الاعتدال في استخدام الإنترنت وليس منعه وإ ذا كان الاعتدال في استخدام الإنترنت هو الهدف، فإن الامتناع عن التطبيقات المشكلة هو الأمر الضروري، والتطبيقات المشكلة تلك تكون مثل(غرف المحادثة، والألعاب التفاعلية، وبعض المواقع التى يستخدمها المراهقون في عمل حفلات ذات طابع خاص علي الإنترنت).

ويتضمن العلاج العديد من طرق التدخل النفسي المختلفة، ونظريات العلاج النفسي الفعالة في علاج السلوك، والمسائل النفسية والاجتماعية التى تتواكب مع مثل هذاالإدمان مثل: الفوبيات

الاجتماعية واضطرابات المزاج واضطرابات النوم، وعدم الرضا الزواجي أو النهك الوظيفي، ولمساعدة العميل في الامتناع علي مثل هذه التطبيقاتالمشكلة فإن طرق العلاج والتدخل يجب أن تستخدم طرقاً بنلئبة، وفنيات منهجية فعالة، قابلة للقياس، وقد وجد أن العلاج المعرفي السلوكى(CBT)هو أكثر الطرق فاعلية في مثل هذا الأمر. (Young,2007)

الدافعية للعلاج:

في بداية مراحل الشفاء فإن مستخدم الإنترنت سيفكر أو سيقلل من عاداته في استخدام الإنترنت، وبالتالي فإن ذلك سيكون له عواقب علي جودة حياته، ومن المحتمل أن الزوج أو الزوجة أو الأباء أو الأصدقاء هم من يدفعون المريض للبحث عن حل واضح يساعده علي العلاج، ومن المحتمل أن يشعر مستخدم الإنترنت بالامتعاض للمدى الذي أصبح فيه استخدام الإنترنت مشكلة في حياته،

ولكسر هذا النمط بعد التشخيص فيجب علي المعالج أن يستخدم فنيات تدعيم الدافعية التى تعمل علي تشجيع المستخدم علي الخضوع والالتزام بالعلاج.

(Greenfield,1999;Orzk1999)

وقد تطور مفهوم (تدعيم الدافعية) من الخبرات المأخوذة من علاج مشكلات تعاطى الخمور حيث وصفه(Miller,1983) للمرة الأولي. وهذا مفهوم الأساس والمدخل المهم شرحه مؤخراً(Miller and Rollnick1999) بوصف أكثر، علي أنه أسلوب موجه الهدف من الإرشاد يساعد العميل علي التغير بمساعدته علي استكشاف وحل المشكلات.

والمقصود من تدعيم الدافعية هو مواجهة استخدام الإنترنت بطريقة بنائية لاستثارة التغيير أو استخدام العلامات الخارجية مثل فقدان الوظيفة المحتمل أو تأثر العلاقات وذلك لمساعدة العميل علي التغير، ويتعامل الأفراد مع مشكلات الإدمان أو سوء استخدام العقاقير غالباً بتناقض واضح حول ترك هذا الفعل أو ترك موضوع الإدمان حتى بعد اعترافهم بالمشكلة التنيعانون منها فنجدها يعانون من فقدان أو نقطاع الإنترنت، ةالخوف مما ستصبح عليه حياتهم

إذالـم يسـتطيع و التواصـل مـع أصـدقائهم عبـر الإنترنـت، وارتبـاطهم بالأنشـطة الأخـرى علـي الإنترنت،باسـتخدام الإنترنـت كشكل من أشكال الهروب النفسي من المشكلات، التى تساعد فنية تدعم الدافعية علي مواجهتها.

✍ **والأسئلة التى يمكن أن نوجهها للمدمن هنا ممكن أن تكون مثل:**

- متى بدأت في استخدام الإنترنت؟
- كم عدد السعات التى تقضيها كل أسبوع في استخدام الإنترنت (الاستخدام غير الضروري)؟
- كم عدد التطبيقات التى تستخدمها علي الإنترنت (مواقع معينة، مجموعات معينة، ألعاب..)؟
- كم عدد السعات التى تقضيها في استخدام كل تطبيق؟
- كيف تصنف كل تطبيق من الأهم إلي الأقل أهمية؟
- (١=أولاً.٢=ثانياً،٣=ثالثاً....)
- ما الذي يعجبك أكثر في هذا التطبيق، زما الذي لايعجبك فيه؟
- كيف غير الإنترنت مجري جياتك؟
- ما الذي تشعربه عندما تغلق الإنترنت؟
- ماهي المشاكل أو العواقب الناجمة عن استخدام الإنترنت؟
- إذا كان هناك صعوبة علي العميل في الوصف فيطلب منه الإجابة عليه عندما يكون عليالكمبيوتر فعلاً، وتقديم الإجابة الأسبوعية التالي).
- هل هناك شكوى أخرى حول عدد الساعات التى يقضيها في استخدام الإنترنت؟
- هل هناك إدارة للعلاج، وهل حققت من قبل نجاحاً في هذا الأمر؟
- الإجابة علي هذه الأسئلة يعطينا بروفيل إكلينكي واضح للعميل(غرف المحادثة، والألعاب التفاعلية، المواقع الإباحية...إلخ)

وطـول جلسـات اسـتخدام الإنترنـت، نتـائج السـلوك، وتـاريخ المحاولات العلاجية السابقة كلها أمور تساعد العميل في بدء عمليـة فحص تأثير الإنترنت علي حياته، وتساعد العميل أيضاً في اكتساب الشـعور باالمسئولية عـن سـلوكه، وهـي أمـور تسـاعد كلهـا فـي حـل المشكلات والتناقضـات بشكل كبير مـن خـلال دفـع العميـل لمسـاعدة ذاته من خلال رؤية مدى تأثير زيادة استخدام الإنترنت.

وأخيـراً فـإن أسـلوب الهـدوء، والتحـاور أفضـل مـن اسـتخدام أسلوب المجادلة أو المجابهة أو العدوانيـة، وبالنسبة للمعـالجين، فـإن عمليـة المقابلـة الدافعـة تبـدو بطيئـة وسـلبية وذلـك لأنهـم يقومـون باسـتخدام المواجهـة ةإسـداء النصـح وهـي أمـور ممكـن أن تـؤدى بالعميل إلي الإنكار ودفعة إلي التغيير في وقت يكون غير مستعد فيه لذلك.

ومسـاعدة العميـل علـي استكشـاف شـعوره قبـل الـذهاب إلـي الإنترنـت مباشـر يغتبـر أمـراً فعـالاً فـي التحديد الـدقيق لمشـاعره أو انفعالاته التى يغطيها السلوك (أو كيف يستخدم العميل الإنترنت في الهـروب مـن مشـكلاته؟) فإجابتـه قد تحـدد المشـكلة مثـل: الخلافـات الزوجية، حالة الضيق أو الاكتئاب، ضغوط العمل، ونقص درجاتـه في المدرسة....)، تدعم الدافعية تساعد علي اكتشاف كيف تنتهي هذه المشاعر بمجرد الدخول علي الإنترنـت، وتبرير استخدام الإنترنـت (علـي سـبيل المثـال: فـإن الـدخول إلـي غـرف المحادثةتسـاعد علـي نسيان الخلافات الزوجيـة، أو إن دخـولي إلـي الإنترنـت يجعلنـى أقل اكتئاباً، واستخدامىللإنتر نت يجعلنى أقل شعوراً بالضـغوط المهنيـة، واسـتخدامي للألعـاب علـي الإنترنـت يجعلنـى أشـعر بتحسـن بسـبب درجاتـي الضـعيفة في المدرسـة)، ويعمل أسلوب تدعيم الدافعيـة أيضـاً علـي مسـاعدة العميـل علـي معرفـة عواقـب، ونتـائج تقليل الاسـتخدام المفرط للإنترنت مثل(أصبح زوجى أقل غضباً، لقد عادت مشاعري للاتزان بعد أن أطفأت الجهاز، سأتسبب فـي خسـارة المدرسـة إذا لـم أحصل علي درجات أعلي).

الإدمان المتعدد:

بعد حل المشكلات والتناقضات فإن القضية التالية تجاه العلاج هي اختبار خبرات العميل مع الإدمان، أى...هل كان العميل أي خبرات إدمان أخرى، وهل هذا هو أول إدمان للعميل لشئ معين؟ وهل لدى العميل تاريخ مع الإدمان. فمدمن الإنترنت عادة قد يعاني من إدمان أشياء أخرى متعددة، فالمندمنون الذين لهم تاريخ مسبق مع إدمان الكحوليات أو المخدرات يعتبرون أن الإنترنت بديل أمن لسلوك إدمان المواد الأخرى. وفي اعتقادهم أن إدمان الإنترنت أمن طبياً عن إدمان الكحوليات والمخدرات.

والأفرادالـذين يعـانون مـن الإدمـان المتعـدد (الإنترنـت، والكحوليات، والتدخين، والمخدرات، والطعام، الجنس...) هم الأكثر تعرضـاً لمخـاطر االانتكاسـة أو الارتـداد إلـي موضـوع الإدمـان، وخاصـة أن الإنترنـت هـو موضـوع منـاح دائمـاً، والإدمـان المتعـدد يظهر بأن هذا الشخص إدمانية ذات ميل للانتكاسة.

" أنا دائماً أفكر في الجنس" علي الإنترنت هذا اعتراف أحد مدمنلبجنس من خلال غرف المحادثة الجنسية لمدة ثلاثة أعوام" أقسم دائماً بأننى سأجلس فقط لنصف ساعة أو لساعة، ولكن الوقت يداهمنى"كل مرة أخرج من الإنترنت" توقفت لعدة أسابيع وبعد تكرار الضغوط الحياتية بدأت أعود".

وهـذا مـا يـتم وصـفه بأنـه عمليـة إيقـاف دائـرة الانتكاسـة (Young2001,PP.65-66) فـبعض مـدمنى الإنترنـت يـدخلون فـي حوار داخلي ناقد للذات، وهذا النمط يبدأ بمبرر نقول فيه أن السلوك جيدأوغير مؤذ أو هو سلوك مؤذ ثم يتبع ذلك الوعد بإقاف هذا السلوك ثم الإقاف بصورة طبيعية.

فالإقـاف أو الامتنـاع ممكـن أن يسـتمرلعدة أيـام- أسـابيع أوشـهور. **وعمليـة إيقـاف دائـرة الانتكاسـة تـتم تحـت أربعـة محـاور كلها مستقلة وهذه المراحل هي:**

١- المرحلة الولي: المبررااات:

فكرة بأن الإنترنت يخدم أو يعمل كعلاجبعد يوم عمل شاق غالباً مافي شكل عبارات مثل: أنا عملت بجد اليوم، وأستحق بعض الوقت لدخول الإنترنت، وأنا أستحق ذلك ويضع دقائق لن تضر،

أستطيع السيطرة أو ضبط استخدام الإنترنت، الكمبيوتر سيشعرني بتحسن"، ومتعة المدمن هو الحاجة إلي النظر أو الدخول إلي بعض المواقع الجنسية أو غرف المحادثة لقضاء بعض الوقت مع أصدقائه أو ممارسة الألعاب مع أصدقائه.

٢- المرحلة الثانية: الندم:

بعد الدخول إلي الإنترنت سيحدث لديه نوع من الندم العميق. فيقوم يغلق الجهاز، ويدرك المدمن أن مثل هذا العمل سيشعره بالذنب والندم علي هذه التصرفات، ويرتبط ذلك ببعض العبارات مثل(أعلم أنني أضر بعملي)، (لا أتخيل لماذا أضعت مثل هذا الوقت؟) (أنا إنسان سيئ لما قمت به).

٣- المرحلة الثالثة: الامتناع:

ينظر المدمن إلي سلوكه علي أنه فشل شخصي بعدم امتلاكه الإرادة الكاملة لعدم العودة لإدمان الإنترنت مرة ثانية، وخلال هذه المرحلة ينخرط في نماذج سلوكية جيدة وصحية مثل العمل بجد، والاهتمام بهوايات قديمة، وقضاء وقت طويل مع العائلة، والحصول علي بعض الراحة.

٤- المرحلة الرابعة: الانتكاسة:

يشتهى المدمنون العودة للإنترنت مرة أخرى وذلك بسبب التجارب السابقة التى تمثل إغراء للعودة(التخلص من لحظات الإرهاق) ويتذكر المدمن اللحظات التى كان مسترخياً فيها، وتلك الأيام الجميلة التي كان متصلاً فيها بالإنترنت متناسبة مع أشئ أخر فيعود بعد ذلك إلي مرحلة التبريرات، ويعود لاستخدام الإنترنت.

يستخدم المدمن العديد من التبريرات لتقليل تإثير الإنترنت علي حياته(مره واحدة أخرى لن تضر)(أنا لن أدمن استخدام الكمبيوتر)(من الأفضل إدمان الإنترنت عن إدمان العقاقير أو الكحوليات)(أنا أرى أننى لست أسوأ من الأخرين) وتدعم هذه التبريرات السلوك الإدمانى ويبرر المدمن بأن قضاء ما بين ٨:١٠ساعات علي الإنترنت يومياً هو أمر طبيعي، وهم هنا يحكمون علي أنفسهم بأسلوب ضعيف، ويقارنون أنفسهم بأخرين أسوأ منهم(لست سيئاً مثل كذا، كذا) ويعملون علي تبرير أن استخدام الإنترنت ليس مشكلة ويتجاهلون العواقب التى سوف تحدث بعد ذلك.

والتبريرات هي الأصل في هذه الدائرة، ولكى نوقف هذه الدائرة فمن المهم العميل أن يختبر مدى انهماكه واشتهائه لاستخدام الإنترنت.

✍ **والأسئلة التالية لتقييم الاشتهاء أو لعلامات الانسحاب وتشمل:**

- ♦ هل تشعر بالانهماك مع الإنترنت؟
- ♦ هل تحاول السيطرة أو تقليل وضبط استخدام الإنترنت ؟
- ♦ إلي أي مدى تفكر في الدخول إلي الإنترنت؟
- ♦ إلي أي حد تتحكم في الدخول للإنترنت؟
- ♦ هل تنسي مسئولياتك وواجباتك للدخول إلي الإنترنت؟
- ♦ هل تستخدم الإنترنت للهروب من مشاعر الوحدة، والاكتئاب والقلق، والندم؟
- ♦ ماهي أطول مدة قضيتها بعيداً عن الإنترنت؟

وتظهرالإجابات إلي أى مدى يفكر العميل في الإنترنت ويشغل به وتظهر أيضاً أنماط الإيقاف والعودة طبيعة مشاعر العميل باستخدامه للإنترنت كوسيلة للهروب من المشكلات.

والتبريرات التى يستخدمها العميل بخصوص استخدامه للإنترنت مهمة بالنسبة للمعالج وذلك لبدء مرحلة العلاج فمن المنظور المعرفي فإنها تلعب دور (الاشتهاء)أو كعلامات للانسحاب تسبب من مشكلة استخدام الإنترنت.

(Beck,Wright,Newrnan&Liese,2001)

مثل هذه المعارف اللاتوافقية ينتج عنها مشكلات استخدام الكمبيوتر (Caplan,2002,Davis2001) ويحتاج المعالجون لتحديد وتقييم سيطرة مثل هذةالافتراضات والتشوهات المعرفية والتى تعمل علي التأثيرعلي السلوكيات. ويكون ذلك من خلال الماخل المعرفية مثل(حل المشكلات، إعادة البناء المعرفي).

ولايجب أن نسمح للعميل بتقليل إدمان الإنترنت لأنه فقط أقل ضرراً من المخدرات أو الكحول أو الجنس، ولكن لأن المدمن يجد أنه الملاذ الأمن لتقليل القلق، والاكتئاب والضغوط.

واكتشاف جميع السلوكيات غير الصحيحة والقهرية في مرحلة التقييم سوف يساعد العميل. ويرى الأفراد أنفسهم من خلال

(المقـابلات التـى تـدعم الدافعيـة)أن اسـتخدمهم للإنترنـت يمكـن أنيكـون رؤيـة جديـدة للهـروب مـن المشـاكل وعـدمالتعامل معهـا فـي حياتهم، وسوف يتعلمون أيضاً بـأن إدمـان الإنترنـت ممكـن أن يكـون أكثـر إيـذاء مـن إدمـان المـواد الأخـرى مـن خـلال مسـاعدة إدمـان الإنترنت لهم علي تجنب المشاكل بدون العمل علي حلها.

المشكلات الاجتماعية الكامنة وراء الظاهرة:

يكـون الإفـراط فـي اسـتخدام الإنترنـت غالبـاً بسـبب مشـكلات اجتماعيـة تواجـه الفـرد فـالكثير مـن مـدمنى الإنترنـت يفشـلون فـي مواجهة المواقف وجهاً لوجه، وهذا يعتبر استخدام الإنترنت بصورة مكثفـة بـديلاً لهـذه المشـكلات، فالتواصـل عبـر الإنترنـت يبـدو وسـيلة أمنة وسهلة بالنسبة لهؤلاء الأفرا وذلك لأن نقص مهارات التواصـل يسبب أيضاً نقص احترام الذات والشعور بالوحدة، ويعمل علي خلق مشـكلات أخـرى فـي الحيـاة مثـل: مشـكلات وصـعوبات العمـل فـي الجماعـة، ويحتـاج العـلاج إلـي كيفيـة تـدريب هـؤلاء الأفـراد علـي التواصـل بعيـداً عـن الإنترنـت ويعتبـر التشـجيع الانفعـالي، وتحليـل التواصل الاجتماعي.

وهناك مجموعة أخرى من المدمنين لديهم سياق تدعيم اجنماعي محدود وهو ما يتسبب في لجوئهم إلي علاقات بديلة لفقدانهم هذا التدعيم الاجتماعى وهو التواصل مع أشخاص عبر الإنترنت حينما يشعر بالوحدة أو الحاجه للحديث مع شخص ما ويلجأون هنا إلي غرف المحادثة chat-room، وعمل علاقات عاطفية من خلال هذا التواصل الإلكترونى والذي يمكن أن يستخدم فيه أيضاً البريد الإلكترونىe-mail، وتزداد هذه المشكلة في مجتمعات معينة مثل المجتمع الأمريكي حيث أوضح(Dedrnon,2003)أن المحامين قدروا ٦٣% من قضايا الطلاق يتسبب فيه الإنترنت.

بالإضـافة إلي ما سبق فإن الإدمـان يتسـبب فـي قطـع أو التـأثير علي العلاقات الحقيقية في الححياة مثل العلاقات الزوجية والعلاقـات مـع البـوين، والأصـدقاء، وبالتـالي فيجحـب علـي المجتمـع أن يـزود المدمن بالحب والتقبل لأن التقبل من شأن هذه المشاعر يعود بالسلب علي العميل.

وعند تقيم المشكلات الاجتماعية فمن الضروري أن نعرف كيف سيستخدم العميل الإنترنت فهناك بيئة تفاعلية مثل(غرف الشات chat-rooms، رسائل البريد الإلكتروني e-mails أو المواقع الاجتماعية ....facebook,you Tube) ولذلك فعلي المعالج أن يقيم جوانب استخدام الإنترنت المختلفة **مثل:**

- ♦ ماهو الاسم الحركى الذي يستخدمه؟
- ♦ هل يعطل استخدام الإنترنت العلاقات الاجتماعية؟

كل هذه الأسئلة مهمة لتقديم، وفهم الديناميكية الاجتماعية التى ترتبط باستخدام الإنترنت، وكيف تتشكل العلاقات علي الإنترنت، وتكون بديلة للعلاقات الاجتماعية الطبيعية، والأسئلة المتاحة في السياق **هى:**

- هل أنت صادق، وأمين في عاداتك علي الإنترنت مع أصدقائك وأسرتك؟
- هل تقمصت من قبل شخصية أخرى علي الإنترنت؟
- هل أبقيت نشاطك سراً علي الإنترنت؟
- هل أثرت علاقاتك علي الإنترنت علي علاقاتك مع أصدقائك وأسرتك؟
- إذا كان هذا الأثير قد حدث فمع من(الزوج،الزوجية،والوالدين، والأصدقاء)وإلي أى مدى كان التأثير؟
- هل كان للإنترنت تأثير في عرقلة علاقاتك الاجتماعية أو علاقات العمل؟
- إلي أى مدى أثر الإنترنت علي حياتك؟

مثل هذه الأسئلة تساعد الأخصائي النفسي لمعرفة واستنباط المزيد من المعلومات عن الإنترنت وتأثيره علي العلاقات في حياة العميل، ففي كثير من الأحيان فإن العميل يخلق شخصية علي الإنترنت، والإجابة علي الأسئلة السابقةتوضح طبيعة وسمات هذه الشخصية، ولحظة ما يبدأ هذا الفحص النفسي فإن المعالج يعمل علي تطوير علاقات اجتماعية جديدة، وإعادة علاقات اجتماعية سابقة، وهو الأمر الذي يعمل علي تشجيع العميل علي مواصلة العلاج.

وقد بدأت الدراسات حول إدمان الإنترنت في الولايات المتحدة، وبعد ذلك أصبح هناك كثير من الدراسات في العديد من بلدان العالم مثل: إيطاليا، باكستان، بريطانيا، التشيك، وتوضح العديد من التقارير أن إدمان الإنترنت أصبح محل الاهتمام من السلطات الصحية في الصين، كوريا، تايوان، حيث يوجد أكثر من ٣٠مليون فرد يستخدمون الألعاب التفاعلية علي الإنترنت في الصين وحدها، لدرجة أن الحكومة الصينية قامت بإغلاق مقاهي الإنترنت التي تعمل بشكل غير قانونى، وإلزام مشغليها بغرامات ضخمة، وقامت الحكومة يسن قوانين للعمل علي تقليل عدد الساعات التى يقضيها الشباب والمراهقون في لعب هذه الألعاب، وفتح أول مركز لعلاج إدمان الإنترنت في بكين Beijing.

ولكننا الأن في وضع يصعب علينا فيه وصف اتساع المشكلة، ففي دراسة قام بها فريق من كلية الطب في جامعة ستانفورد اتضح أن واحداً من كل ثمانية أمريكيين تظهر لديه مشكلة الاستخدام المكثف للإنترنت، ويلاحظ أن طلاب الجامعات والمدارس العليا بشكل عام هم أكثر الفئات عرضة لاستخدام الإنترنت وذلك بسبب تشجيع جامعاتهم ومدارسهم علي استخدامها في التواصل مع الأساتذة وفي عمل الواجبات، وتوفير الجامعات، والمدارس هذه الخدمة لطلابها مثل الإنترنت اللاسلكى Wireless ، الإنترنت المتاح من خلال الموبايلcell phone، والأن الإنترنت يوفر لهؤلاء الطلاب البعد عن مراقبة الأباء، ولذا يجدون الحرية لدخول غرف الشات، وإرسال الرسائل الإلكترونية لأصدقائهم أو استخدام الفيس بوك Facebook أو May space .

أما بالنسبة للشركات فيعتبر إدمان الإنترنت مشكلة تضاف إلي مشاكل الإنتاج فجميع الشركات تعمل وتعتمد علي نظم المعلومات، وذلك إجراء كل شئ يرتبط بالعمل، فإدمان الموظف للإنترنت يعتبر بمثابة مشكلة لهذه الشركات، وقد أظهرت الدراسات أن الموظفين الذين يدمنون الإنترنت أثناء سعات العمل يتسببون مثل:Dow,Chemical and Merck, Xerox قامت بالتخلص والاستغناء عن العديد من الموظفين بسبب سوء استخدام الإنترنت.

وفي النهاية فإن التشخيص الجيد يجب أن يحتوى علي: تاريخ كامل لأعراض الاستخدام، والتعامل مع هذه الأعراض علي أنها يمكن أن تعالج أم لا وعلي المعالج أن يتأكد ما إذا كان العميل يتعاطى الحكحوليات أو المخدرات أم لا، وأن يوجه أسئلة عن تاريخ الأسرة مع عناصر الإدمان تلك، وعلي المعالج إيجاد معلومات متصلة بدينامية الشخصية المدمنة لاستخدام الإنترنت، وأن يسأل عن عدد ساعات الاستخدام التي يقضيها الفرد، ومعرفة السلوكيات التى يفعلها الشخص علي الإنترنت.

إدمان الألعاب التفاعلية علي الإنترنت:

يعتبر إدمان الألعاب علي الإنترنت واحداً بين أكثر الأمثلة علي تطبيقات الإنترنت الأكثر انتشاراً، فهذه الألعاب يتم ممارستها في عالم الإنترنت حيث يسلك الأفراد من خلال خلق شخصية تخيلية تسمى أحياناً (أفاتار Avatar) ولمعرفة مدى انتشار هذه الألعاب يمكن زيادة مواقعها، والتي كان أشهرها موقع Wirld of Warcraft، والذي بلغ عدد مستخميه ١١.٥ مليون فرد وقد قررت جمعية التسلية بمواد الكمبيوتر The Entertainment association 2007 أن عدد مستخدمى هذه الألعاب علي الكمبيوتر تضاعف مابين عامى٢٠٠٧,٢٠٠٦ وخاصة في الألعاب التفاعلية Multiplayer وهى ألعاب تتضمن بعض النماذج الشيرة مثل نموذج Second life وهذه الألعاب التفاعلية مثل اللعبة السابقة هي ألعاب مهمة في حياة المستخدمين لدرجة أن أحد مستخدمي الكمبيوتر عبر عن ذلك بقوله: أنها ليست لعبة بل هي حياة ثانية، وطبقاً للإحصائيات فقد بلغ مستخدمو هذه الألعاب التفاعلية حوالي ٤٨مليون فرد في أبريل ٢٠٠٨(Voing, Ins2008) وقد عرفت هذه الألعاب السابقة أنها ألعاب تتطلب أكثر من فرد لاستخدامها لتصنع في النهاية عالم افتراضي، خيالي، (Kendall 2002; Suler, 2008; Turkle,1997; 2005)

وتنقسم هذه الألعاب مابين استخدام الرسوم المعتمدة علي الكلمات، واستخدام الرسوم الجرافيكية عالية التقنية وهذا الأمر لم يتم دراسة تأثيره بعد علي المستخدمين، ولكننا متأكدون أن هذه الألعاب يمارسها عدد كبير جداً من الأفراد.

وسوف نحاول في هذا الفصل التعاطى في البداية مع الألعاب التفاعلية والتى تسمي Massive Multiplayer ، ونوع أخر من الألعاب يسمى multiuser dungeons، والنوع الأول يتسم بأنها ألعاب غير محدودة الوقت يستخدمها المراهقون والكبار، وتعرف في بعض الأحيان أيضاً علي أنها ألعاب تتسم بالخطورة نتيجة لاحتمالية إدمانها(Rau, et al 2006; Wan et al,2006a; 2006b) ويسبب خصائصها الجاذبة للانتباه لعامة الناس والمجتمع الأكاديمى، وسائل الإعلام.

وفي جزء أخر من هذا الفصل سوف نقدم أمثلة علي دراسات أجريت علي استخدام هذه الألعاب(متعددة اللاعبين) من خلال دراسة أجريت في مايو ٢٠٠٩ علي١٢ من الذكور(١٥-٢٨عاماً)، والإناث(١٥-١٩عاماً) وأجريت باستخدام برامج المحادثة علي الإنترنت مثل: Skype, ICQ.

ومن خلال هذا الفصل أيضاً سوف نلقي الضوء الأول علي العالم الافتراضي والخيالي لهذه الألعاب (متعددة اللاعبين) لإعطاء فهم أفضل لهذا العالم ثم تتبع ذلك بوصف للأفراد الذين يمارسون هذه الألعاب ودافعيتهم لممارستها ونقدم وصفاً لمفهوم إدمان هذه الألعاب، والعوامل التي تساعد في هذا الإدمان، وسوف نقدم في هذا الفصل مقياساً مختصراً يستخدم في تشخيص إدمان الألعاب علي الإنترنت، وفي هذا الجزء الأخير سوف نناقش الإدراك الذاتي للإدمانSelf-perceived addiction ، وخاصة إدراك الأفراد الذين يمارسون هذه الألعاب التفاعلية.

ما هي الألعاب التفاعلية علي الإنترنت؟

الألعاب التفاعلية هي ألعاب للمرح والمتعة تمارس علي الإنترنت حيث يوجد ألاف من المستخدمين الذين يمارس هذه الألعاب بالتحكم في خصائصها، والتى يمكن أن تحتوى علي العديد من المهام، والمميزات، والقدرات، والقدرة علي أداء العديد من الأنشطة تبدأ من القدرة علي بناء خاصية معينة علي اللعبة أو التفاعل مع لاعب أخر في نفس اللعبة علي الإنترنت في شكل سلوك إيجابي(محادثة(أو في شكل سلوك سلبي(عدوان) وتتنوع أيضاً الدافعية لاستخدام هذه الألعاب اعتماداً علي طريقة

لعبها(Yee,2006b)، فاللاعب قد يكشف عالماً أسرع بلائم خصائص الشخصية ويخالف ضغوط عالم الواقع الذي بالإحباط وفقدان جاذبية الحياة التى يعيشها، ويعتبر اللاعب نجاحه في ممارسة اللعبة هو نجاح شخصي له يدعم حياته بطرق عديدة. وتعطي هذه الألعاب لمستخدمها رؤية غير محددة للعالم تتسم بتصوره استحالة البعد عن هذه الألعاب والتى تتسم بالتواصل والتعاون مع لاعبين أخرين علي الإنترنت.

والفرق الأساسي بين هذه الألعاب التفاعلية علي الإنترنت، وألعاب الكمبيوتر التقليدية هي عدم وجود محدودية لوقت استخدام هذه الألعاب التفاعلية، فقد يستخدم الفرد هذه الألعاب٢٥ساعة في الأسبوع في المتوسط، أما ألعاب الكمبيوتر التقليدية فقد يصل متوسط استخدامها إلى ٢٠ساعة في الأسبوع فقط في ممارسة هذه الألعاب.(NG, et al,2005)

ولكن ما هو السبب الذي يدفع هؤلاء الأفراد في قضاء وقت كبير لممارسة هذه الألعاب؟ هل هو الإدمان لهذه الألعاب؟ أم أن هناك أسباب أخرى؟ وفي الجزء التالي سوف نحاول إلقاء الضوء ووضع إجابات لهذه الأسئلة.

من الذي يمارس هذه الألعاب؟ وإلي أى مدى؟

حاولت بعض الدراسات مثل: (Griffiths, et al 2003;Yee, et al,2006b; Smahel, et al, 2008) إلقاء الضوء علي خصائص الأطفال، والمراهقين الذين يستخدمون هذه الألعاب هو٢٥عاماً ويوجد في فئة الكبار من يستخدمها أكثر من فئة المراهقين، وأوضحت الدراسات أن غالبية هؤلاء الأفراد من الرجال حيث بلغت نسبتهم٩٠%، وأن استخدام الإناث لهذه الألعاب يزيد مع زيادة السن(Griffths, et al, 2003) وأن متوسط الإناث مستخدمات هذه الألعاب هو ٣٢عاماً وهو هنا أكبر من متوسط أعمار الذكور مستخدمى الألعاب التفاعلية، وأن الإناث يمارسن هذه الألعاب كنوع من أنواع النمذجة مع الأباء(Yee,2006a) وأوضحت النتائج أيضاً أن انتشار هذه الألعاب بين الإناث في مرحلة المراهقة هو أمر نادر.

أما بخصوص ساعات الاستخدام فكما قررنا في السابق فهو في المتوسط ٢٥ساعة في الأسبوع، ولكن الدراسات أظهرت أن١١%من المستخدمين يقضون ٤٠ساعة أسبوعياً في الاستخدام وهي عملية تؤثر علي التحصيل الأكاديمي، والانتظام في الدراسة وتؤثر علي المهنة أو الوظيفة إذا كان الفرد يعمل(Ng, et al, 2005)، أوضحت الدراسات أيضاً٨٠% من المستخدمين يقضون أكثر من ٨ساعات في الجلسة الواحدة لممارسة هذه الألعاب(Ng, et al, 2005)، وأن ٦٠% من المستخدمين يقضون أكثر من١٠ ساعات في الجلسة الواحدة(Yee, 2006a)وقرر أحد المشاركين في الدراسة السابقة أنه قضي في أحد المرات ٣٠ساعة يمارس هذه الألعاب في جلسة واحدة وقرر أن هذه الألعاب هي جزء مهم جداً من حياته، ووجد(Griffiths,et al, 2004) أن حساب الزمن الذي يقضيه المراهق في اللعب بالنسبة لعمره هو عاميين، وبالنسبة للكبار فهو٢٧شهراً، فالمراهق يميل إلي ممارسة اللعب أكثر من الكبار (٢٦ساعة أسبوعياً للأفراد أقل من ٢٠عاماً مقارنة ب٢٢ساعة أسبوعياً للأفراد أكبر من٢٦عاماً) ، وعلي أية حال فإن عينة المستخدمين الذين تتراوح أعمارهم من٢٠:٢٢عاماً يقضون معظم وقتهم في ممارسة الألعاب علي الإنترنت بمتوسط٣٠ ساعة أسبوعياً، وأن الإناث أقل في استخدام هذه الألعاب (Cole, et al, 2007).

علاج مشكلة النشاط الجنسي علي الانترنت:

إن معالجة النشاط الجنسي علي الانترنت تذهب الي ابعد ما هو مكتوب في هذا الفصل (القلق، الاكتئاب، الفقدان، الحزن) ويوضح الجزء التالي الموضوعات المتصلة بإدارة هذه المشكلة، فإدارة المشكلة تعتبر مقدمة ومدخلاً منطقيا لمعالجة الموضوعات المتصلة بالظاهرة.

هناك مجموعة من الاستراتيجيات الاساسية للتعامل مع هذه المشكلة ولكن ليست كل الاستراتيجيات صالحة لكل فرد ولكن الأمثلة التالية قد تكون فعالة مع الحد من الظاهرة وبصورة عامة فان الاستراتيجيات تركز علي التحكم في الكمبيوتر / البيئة حيث اثبتت الدراسات أن هذا الأسلوب هو الأكثر فاعلية وتتضمن هذه الاستراتيجيات:

تأكد من استخدام الفرد للكمبيوتر في مكان عام ويمكن ملاحظتة اثناء الاستخدام.

- ♦ حدود للقر وقتاً للاستخدام (مثلاً: لا يوجد استسخدام بعد الساعة الحادية عشر ليلاً)
- ♦ ضع مكانا لوصلة الانترنت حيث يمكن التحكم فيها بسهولة .
- ♦ ضع خلفية علي شاشة الكمبيوتر يكون عليها افراد مهمون كأفراد الأسرة مثلاً.

وهناك بعض الحلول الالكترونية لهذه المشكلة تساعد الفرد في التحكم في السلوك الجنسي علي الانترنت ويشمل ذلك برامج لغلق وفلترة المواقع الجنسية وبرامج أخري مصممه لمراقبة سلوك الافراد علي الكمبيوتر موجودة في www,monitoringadvisor.com

ولكن من المهم ايضا ان نذكر ان هناك وسائل اخري يستطيع بها الفرد الدخول الي الانترنت بدون جهاز كمبيوتر وخاصة عن طريق الهواتف النقالة مثل: **(Black Berry , Smart Phone , Xbox 360)** وهي ادوات نستطيع الوصول لوسال فلترتها من خلال www.mobicip.com.

ملخص:

ركز هذا الفصل علي قياس، تفسير، وعلاج مسكلة ادمان السلوك الجنسي علي الانترنت وركز الفصل علي نقاط أساسية تعتبر من مثيرات هذا السلوك الجنسي وهي:

- التفاعل مع افراد لا يعرفهم الفرد.
- استخدام الانترنت في التعبير عن اشياء لا يستطيع التعبير عنها في الواقع.
- ارسال معلومات خاصة بالذات لافراد غير معروفين.
- تحميل صور ، وافلام من ملفات يتشارك فيها مع الاخرين.
- زيارة المواقع الجنسية بصورة متعمدة.
- استخدام الانترنت لارباك، وازعاج الاخرين.
- الحديث مع إفراد لا نعرفهم في موضوعات مثل الجنس.

الفصل الخامس
الاسرة والخيانة الإلكترونية

مقدمة:

أتاح الإنترنت فضاء اتصالياً مفتوحا للأفراد مكنهم من اختراق الزمان والمكان ليتفاعلوا مع بعضهم البعض عن بعد، كما مكن أي شخص من إقامة علاقات عاطفية وجنسية عبر الأنترنت مع الخرين، وإيجاد الأفراد الذين يرغبونهم والتواصل معهم بأقل التكاليف ، والإفصاح عن الرغبات المكبوتة دون الشعور بالحرج ، ومشاركة المعلومات الشخصية، وتبادل الصور الشخصية، وإرسال الرسائل الخاصة ، والتعليق علي الصور.

فعلي الرغم من أن الإنترنت سعد علي الاتصال بالعالم الخارجي إلا أنه ساعد أيضاً علي الانفصال الداخلي بين الأزواج وأفراد الأسره الواحدة، حيث أكدت بعض البحوث والدراسات علي أن الإنترنت أصبح أكثر الطرق شيوعاً وتسهيلاً لحدوث الخيانة الزوجية.

ويعتبر مفهوم الخيانة الزوجية من المفاهيم التي تشمل وتتسع لكل السلوكيات الدالة والمعبرة علي أشكال الخيانة ، وما أتاحته وسائل الاتصال المختلفة والتواصل الاجتماعي عبر شبكات الإنترنت وما تتيحه هذه الوسائل من تعارف يخل بقدسية العلاقة الزوجية ما هي إلا واحدة من أخطر أسبابها وأشهر أشكالها. فالخاينة بأنواعها ظاهرة اجتماعية سلبية مست مختلف المجتمعات بما فيها المجتمع العربي ، وكونها تؤثر سلبا في بناء وكيان الأسرة بالدرجة الأولي ، وفي المجتمع ثانياً فهي أمر منبوذ ومكروه لدي معظم الأفرادة لما لها من إثار سلبية علي الأسرة والمجتمع ، وحرمتها جميع الديانات بما فيها الدين اللإسلامي.

فعلي لرغم من أن الخيانة الزوجية كانت وما زالت وستظل موجودة في كل العصور ، وتختلف أسبابها من مجتمع إلي إخر وبل من شخص لإخر، إلا أن الخيانة الزوجية موضوع مستمر

ومتجدد ومتطور في كل المجتمعات، حيث ظهر حديثا ما يسمي بالخيانة الإلكترونية فأصبح بإمكان أي زوج أو زوجة خيانة الشريك عبر الإنترنت وهو يجلس بجانبة، وبأقل التكاليف، دون الحاجة لإلي الخروج من المنزل ، ودون أن يشعر الشريك الحقيقي بالثقة التي تنتهك.

وقد أصبح الإنترنت ضيفاً دائما ثم فرداً من أهل البيت ، فهو أحياناً مثل زوجة ثانية أجمل وأشد جاذبية، وهو أحياناً الزوج غير الحقيقي البعيد بمشاعره أو بأسفاره النفسية أو الجغرافية وهو أيضاً الحبيب المجهول أو الجليس المرغوب وهو محاولة للترفية الغائب عن حياة البعض ، فأصبح فخا منصوباً ومشكلة ملغومة وقنبلة موقوتة في كل بيت مهددا لحياتنا الزوجية أو الأسرية.

وقد انتشرت الخيانة الإلكترونية مع زيادة توافر التعارف عن طريق الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي، وغرف الدردشة والمواقع الإباحية.

فهناك العديد مع المواقع التي تم تصميمها خصيصا لجلب الأزواج للانخراط في علاقات عاطفية وجنسية عبر الإنترنت . وتشير التقديرات في عام ٢٠١١ إلي أن ٥,٥ ملايين مستخدمين للإنترنت (دون التمييز بين المتزوجين وغير المتزوجين) ، انضم واحد من ١٥٠٠ إلي خدمات التعارف عن طريق الإنترنت في الولايات المتحدة ، فعدد كبير من المتزوجين انضموا إلى مواقع التعارف علي الزوجية مما يجلب الخيانة الي منازل العديد من الأزواج.

كما أوضحت نتائج دراسة (أمين (هناء)) أن ٢٥,٠% من المرشدين الأسرين تعاملوا مع المكالمات الهاتفية غير المشروعة التي يستدمها شريك الحياة خارج نطاق الحياة الزوجية من اكثر أنواع الخيانة الزوجية التي تعرضت لها الحالات التي تعامل معها المرشدين السريين وتليها نسبة ١٥,٦% من المرشدين تعاملوا مع انواع أخري متمثلة في الخيانة الإلكترونية وإقامة علاقات محرمة مع أخريات عبر الإنترنت وتتواكب هذه النتاسئج مع الثورة في تقنيات الاتصال المتمثلة ي تطور الحجولات المحمولة ، وكذلك استخدام الإنترنت.

فمن الصعب وضع تعريفات للخيانة الإلكترونية ، لإنها ما زالت غامضة وغير محددة حتي الآن ، إلا أن، محاولات الباحثين لوضع تعريف تتراوح بين أولئك الين يدعون وجود مستويات مختلفة من الخيانة الإلكترونية، وهي التفاعل مع الإخرين عبر الكاميرا التي تعتبر أشدها، بينما إرسال الرسائل العاطفية مع الإخرين عبر الكاميرا التي تعتبر أشدها، بينما إرسال الرسائل العاطفية يعتبر أقلها ، في حين يري آخرون ان تكوين العلاقات عبر الإنترنت مع شريك الكتروني حتي لو كان يتضمن نشاطا جنسياً لا يعتبر خيانة، علي الرغم من عدم وجود تعريف موحد للخيانة الالكترونية في التراث السابق إلا أن كل التعريفات تضمنت عنصرا مشتركا وهو السرية : فالسرية يمكن أن تتحقق في الخيانة الالكترونية من خلال مجموعة متنوعة من طرق مختلفة: إغلاق نوافذ الدردشة عندما يتحرك الشريك في الغرفة وحذف المحادثات عبر الانترنت أو حتي التظاهر بالعمل .

لذلك عرفتها (رسلان (عزة) علي أنها "علاقة عاطفية أو جنسية مع امرأة أخري غير الزوجة عبر الإنترنت تتضمن تبادل المعلومات الخاصة أو الصور الشخصية أو الأفلام الإباحية بشكل يتجاوز حدود الخصوصية وقد تكون هذه العلاقة مستمرة أو مؤقتة مع امرأة واحدة أو أكثر عبر مواقع التواصل الاجتماعي".

✍ وهناك ثلاث أنواع من الخيانة الالكترونية:

النوع الأول: لخيانة الالكترونية الجنسية: غالباً ما تنطوي علي تبادل رسائل جنسية ، وإرسال الصور الجنسية ، والانخراط في ممارسة الجنس علي الإنترنت مع شخص خارج العلاقة الزوجية.

أما النوع الثاني: الخيانة الالكترونية العاطفية: تنطوي علي مشاعر عاطفية وكشف الأسرار والاترباط العاطفي ، وتضييع الكثير من الوقت في الحديث مع شخص خارج العلاة الزوجية .

النوع الثالث: الخيانة الالكترونية الجنسية والعاطفية: هي التي تجمع بين النوعين السابقين.

ونتيجة لعدم الفهم لما يتعلق بطبيعة الخيانة الإلكترونية دفع الباحثون لاستكشاف الخيانة الالكترونية في محاولة لتقجيم العلاج الاكثر فعالية للأزواج الذين تعرضوا لهذه الظاهرة . وعلي الرغم

من أن العلاقات عبر الانترنت هي وسيلة جديدة نسبيا قد تؤثر علي بعض الازواج إلا انها لم يتم دراستها حتي الآن حتي تصبح مفهومةفيوجد لدينا العديدمن الدراسات والبحوث السابقة التجريبية عن أثر الخيانة الإلكرونية، عن العلاقة الأساسية في دور المواقع الإباحية فقط ، إلا ان عدداً قليلاً منها تبحث في أشكال أخري من الخيانة الالكترونية علي الرغم من أن المواقع الإباحية قد لا تكون من أشكال الخيانة الالكترونية لان الشريك لا يتفاعل مع شخص أخر عبر الانترنت. كما أن بعض سلوكيات الخيانة لانها قللت من خصوصية علاقتها.

فكثير من الناس يعتبر الخيانة الزوجية مقصورة علي الزنا، أي أنهم لا يتصوروا الخيانة إلا في شكلها النهائي المادي القائم علي علاقة زوج وامرأة اجنبية او العكس أما الخيانة الزوجية شرعاً فتشمل لكل علاقة مشروعة تنشأ رجل وامرأة اخري غير زوجته أو العكس فالشريعه الإسلامية تعتبر هذا النوع من العلاقة محرما سواء بلغت ححد الزنا او لم تبلغ ويشمل هذا احاديث الهاتف الخلوي ومواقع الدردشة عبر الانترنت كما تتشابة الخيانة الالكترونية والخيانة الزوجية في العنصر الخاص بالعلاقة الجنسية وتختلف في ردود فعل الأزواج تجاه الخيانة الالكترونية لاختلافها عن الخيانة الزوجية.

فلا يمكننا اعتبار الخيانة الالكترونية مجد علاقة افتراضية مع شخص افتراضي بل علاقة تحمل كل مقومات العلاقة الطبيعية فقد يغيب عنها التواصل المادي الا ان الاندماج العقلي والروحي يكون عميقا يجعل من الطرف الآخر رفقيا عقليا وروحيا او حتي رفيقا جنسيا معه بكل مكان حيث أن الاندماج العقلي والعاطفي أو الجنسي مكثف لدرجة تسبب الالم العميق والشعور بالنقص والخيانة من قبل الشريك الفعلي هو الم قد يكون اقوي من آثر انغماس شريكة بعلاقة واقعية عابرة.

لذلك أدي لجوء الازواج او الزوجات الي غرف الدردشة الي ظهور نوع جديد من العلاقة غير المشروعه بين الرجل والمرأة يسمي "الخيانة الالكترونية" والتي لاتختلف عن الخيانة التقليدية حيث فيها الانكار والتبرير ولها نفس التأثير المدمر علي العلاقة بين

الزوجين بما تحمله من مشاكل الالم وفقدان الثقة بالإضافة إلى المشاعر السلبية للزوجين مثل الرفض والهجر والخجل والغيره والغضب مما يهدد استمرارية العلاقات الزوجية ولقد اشارت احصائية مصرية رسمية صادرة عن جهاز التعبئة والاحصاء إلى أن اغلب حالات الطلاق التي تم رصد اسبابها خلال العامين (٢٠٠٦) ، (٢٠٠٧) كانت بسبب الانترنت الذي يسبب ظاهرة الخرس الزوجي ومشاهدة مواقع مؤدياً فيما بعد للخيانة الزوجية.

كما شهدت الأكاديمية الامريكية الزوجية للمحامين ارتفاعاً في عدد الطلاق بسبب خيانة مواقع التواصل الاجتماعي ففي عام ٢٠٠٨ وصلت إلى ٢٠% من حالات الطلاق بسبب خيانة الفيسبوك ولكن شهد ٢٠١١ زيادة ١٣% وتصل الي ٣٣% وعلي الرغم من تركيز البحوث والدراسات السابقة علي انتشار الخيانة الالكترونية بشكل كبير بين المتزوجين الا اننا لم نعرف سوي القليل جدا عن العوامل التي تساهم في الخيانة الالكترونية.

حيث يتسبب انغماس الشخص في استخدام الانترنت وقضائه أوقاتاً اطول في اضطراب حياته الاسرية حيث يقضي اوقاتا اقل مع اسرته كما يمهل واجباته الاسريه والمنزلية مما يؤدي الي اثارة افراد الاسره عليه وبسبب إقامة البعض علاقات غرامية غير شرعية من خلال الانترنت تتأثر العلاقات الزوجية حيث يحس الطرف الأخر بالخيانة، وقد أطلق علي الزوجات اللاتي يعانين من مثل هؤلاء الازواج ارامل الانترنت وتعتبر الخيانة الالكترونية واحدة من اخطر القضاء علي شبكة الانترنت التي تهدد بالزواج المعاصر. علي الرغم من عدم تحديد وتصنيف السلوكيات التي تعتبر خيانة الكترونية.

فالخيانة الالكترونية قد تكون سببا في المشاكل التي لم تكن موجودة في الزواج واصبحت موجوده بعد دخول الانترنت في حياة الزوجين أكثر من أي وقت مضي وتتضمن هذه المشاكل سوء التواصل وصعوبة التفاعل بين الزوجين والاختلافات بينها والخلافات الزوجية وطلب الدعم من الأسرة والاصدقاء وفي بعض الحالات يطلب الدعم من الطبيب النفسي وقد تؤدي إلى الطلاق

العاطفي مما يؤدي الي تذبذب العلاقة الزوجية فعلي الرغم من أن البحوث والدراسات السابقة عن الخيانة الالكترونية تركز علي تجربة الازواج في تكوين علاقات عبر الانترنت والاسباب الكامنة وراء استخدام الانترنت في تكوين علاقات عبر الانترنت والأسباب الكامنة وراء استخدام الانترنت في تكوين علاقات جنسية إلا أنها نادراً ما تناول التاثيرات لهذه السلوكيات علي الطرف الاخر علي الرغم من تأكيدها علي الأثر السلبي لسلوكيات الخيانة الالكترونية علي العلاقة الزوجية وعلي كل من الشخص الذي يقوم بها وعلي شريكة.

وبالمقارنة بين الرجال والنساء عند اكتشاف تورط الشريط في علاقة عبر الانترنت تميل النساء إلى التعبير عن مشاعر الآلم والاضطراب وفقدان الثقة والانفصال العاطفي كما شعرن النساء بالغيرة وفقدان احترام الذات والصدمة بالمقارنة مع الرجال فينظر الأزواج إلى انخراط الشريك في الخيانة الالكترونية مع طرف ثالث باعتباره فعلا من افعال الخيانة الزوجية وقد يرجع ذلك إلى أن الأفراد الذين ينخرطون في الخيانة الالكترونية غالباً ما يجدون الشريك المثالي علي علي الانترنت الذي يشبة الشريك المثالي الذي يعاملهم بالطريقة التي يرغبون ان يعاملوا بها مما يؤدي الي مشكلات في العلاقة الزوجية.

كما ركزت وسائل الإعلام مؤخراً علي كيفية مواهة مواقع التواصل الاجتماعي التي أصبحت وسيلة لتسهيل الخيانة الالكترونية ومن أشهرها الفيسبوك علي الرغم من وجود ابحاث قليله كشفت عن الدور الذي تلعبه مواقع التواصل الاجتماعي في تسهيل الخيانة إلا أنها اثبتت أن هذه الظاهره لها عواقب وخيمه علي الشريك وعلي العلاقة الزوجيه ويلاحظ أن تورط الأزواج في الخيانة الالكترونية لها آثار متعدده علي الغيره عند شركائهم وعاده ما يترتب علي سلوكيات شركائهم اللائي تعرضن للخيانة الالكترونية وغيرتهم عواقب وخيمه علي وجود العلاقة الزوجية وتؤكد البيانات علي ذلك ففي الولايات المتحده الامريكية كان ثلث دعاوي الطلاق بسبب الخيانة الالكترونية.

ومع تزايد حالات الطلاق التي يعتبر الفيسبوك من العوامل المساهمة فيها والمواقع التي تبرز حالات الخيانة لم يعد لدينا قليل من الشك ان موقع التواصل الاجتماعي لديه القدره علي تسهيل الخيانة ويؤثر علي العلاثات الزوجيه كما أن عددا من السيدات انتهت حياتهن بالطلاق وتشتت الأبناء وإنهارت الأسرة بسبب صداقات الزوج علي الانترنت وعندما تكتشف الزوجه الأمر يصر الزوج علي استمرار تلك الصدقات التي ادمنها علي حساب الاسرة وعندما وصل الأمر إلى اصرار الزوجة علي الطلاق طلق الزوجه وأنهى حياته الزوجيه ولكنه لم ينهي صداقات مواقع التواصل الاجتماعي فدفع الأبناء ثمن تلك العلاقات الالكترونية.

فتؤثر الخيانة الالكترونية علي كل من الافراد الذين يرتكبون الخيانة الالكترونية فيشعرون بالخزي والذنب، الرفض، الغضب، المشاعر السلبية الاخري ويمتد بالضرر علي العلاقة الزوجيه مع الطرف الآخر، ما يمتد تأثير سلوكيات الخيانة الالكترونية علي الشريك الذي تعرض للخيانة الالكترونية فيشعر بالآسي والحزن وانتهاك الثقة وتهديد العلاقة الزوجية فقد ازدادت ظاهرة الخيانة الزوجية في السنوات الاخيرهه مع الانفتاح الثقافي غير المحمود وانماط التفاعل الاجتماعي الجديد من خلال الانترنت بالاضافة الي القنوات الفضائية ومع ازدياد ظاهره الخيانة الزوجية ازدادت حالات الطلاق وتفكك الأسرة وكثرة المنازعات الزوجية وانعدمت الثقة بين الزوجين وأصبحت الشكوي والمنازعات هي الجو السائد ، وعلي الرغم من معدلات الانفصال بين الزوجين والطلاق الا ان البحوث التي درست تجربة الشريك الذي يتعرض للخيانة الالكترونية من قبل الزوج مازالت محدوده.

ونظرا لما تمثلة الخيانة الالكترونية من مخاطر تهدد حياة الزوجين وتؤثر علي التفاعل الزواجي بين الزوجين وتزايد الافكار اللاعقلانية بالشكل الذي ينذر بارتفاع معدلات الطلاق والانفصال النفسي والعاطفي بين الزوجين كما يترتب علي الافكار اللاعقلانية كثير من الاضطرابات النفسية والسلوكية وقد تتفاعل الافكار العقلانية مع صمه الخيانة الالكترونيةوتزيد من شده الاكتئاب وزيادة حده الضغوط الواقعة علي الشريك لذا يأتي الكتاب الحالي

محاولاً كشف المسكوت عنه اجتماعياً وتسليط الضوء علي هذا الوباء المستشري الذي اجتاح العالم كلة حاصداً آلاف الضحايا ليصبح اليوم السبب الرئيسي للطلاق حول العالم، أرقام مخيفة وحقائق مذهلة سنتعرف عليها خلال رحلتنا.

تعريف الخيانة الالكترونية:

سنعرض محاولات وضع مفهوم للخيانة الالكترونية بالاعتماد علي العامل الزمني للتعرف علي مدي تطور مفهوم الخيانه الالكترونية عبر الزمن **كما يلي:**

يعرفها كل من يونج ، وكوبر ، وشيلي ، وعمر ، وبوكانان (٢٠٠٠): بأنها علاقة عاطفية او جنسية نشأت واستمرت من خلال التواصل عبر الانترنت من خلال المحادثات الالكترونية التي تحدث عن طيق البريد الالكتروني وفي المجتمعات الافتراضية مثل: غرف الدردشة او الالعاب اتفاعلية أو مجموعات الأخبار.

ويعرفهاسبيكمان – سبيكارد (٢٠٠٢): "بأنها تبلك العلاقات التي تشمل دردشة بقصد الرضا الجنسي لواحد أو أكثر من الاطراف المعنية في هذه الدردشة.

بينما يعرفها كوبر (٢٠٠٢): بأنها سلوكيات عبر الانترنت تتضمن أنشطة جنسية بهدف الاستمتاع والترفية ، الاستكشاف، الدعم، المساندة وماولات للفوز بشركاء الجنس أو العاطفة.

كما يعرفها كل من نيلسون وبيرسي وسبرنكل (٢٠٠٥): بأنها استخدام الانترنت لتصريف الطاقة الجنسية لكل من الأفكار والمشاعر والسلوكيات خارج إطار العلاقة الجنسية في الازواج بطريقة تضر البعلاقة الزوجية.

ويعرفها كلاين (٢٠٠٧): بأنها نوع جديد من أنواع الخيانه الزوجية عندما يتواصل الزوج او الزوجه مع شخص آخر عبر الانترنت ويتبادل احاديث تتضمن الغزل والاستطلاف عبر غرف الدردشة وتبدأ الخيانة عبر الانترنت غالباً كلعبة أو مغامرة صغيره وقد تتحول هذه العلاقات فيما بعد إلى علاقات حقيقية.

بينما يعرفها افيلا ميليهام (٢٠٠٧): بأنها تورط الأفراد في المشاركة في علاقة عن طريق التفاعل مع أفراد من الجنس الآخر عبر الإنترنت وقد تكون هذه العلاقات علاقة مستمرة محددة

لشخص واجه المستخدم عبر الانترنت أو سلسلة عشوائية من غرف الدردشة المثيرة مع العديد من المستخدمين لشبكة الانترنت.

ويعرفها كلمن هيرتلاين وبيرسي (٢٠٠٨): بأنها اتصال عاطفي او جنسي يتم تسهيله من خلال استخدام الانترنت والذي يعتبر من وجهة نظر الشريك الاساسي انتهاكاً وخرقاً غير مقبول لميثاق الزواج القائم علي الاخلاص.

بينما تعرفها (ربيع (هبه) وحبيب (نشوي)،٢٠٠٩): بأنها مشاركة الزوج امرأة اخري غريبة عبر الانترنت تفاصيل حميمة كان من المفترض أن تكون مع الزوجة والعكس، مفضلاً هذه العلاقة علي العلاقة الشرعية.

ويعرفها سولياكيتي (٢٠٠٦): بأنها استثمار الوقت والمال والطاقة والعاطفة مع شخص تتم مقابلته عبر الانترنت بينما يتم استبعاد الشريك الشرعي.

كما يعرفها كل من ماو وريجورام (٢٠٠٩): بأنها المشاركة الجنسية مع شخص آخر غير الزوج تحدث في إطار من السرية وتكون خفية عن الشريك الفعلي وتخل بالثقة الموجودة في الزواج.

ويعرفها كيرافينز (٢٠١٠): بأنها علاقة عاطفة أو جنسية عبر الانترنت يمكن تفسيرها من الشريك الفعلي بوصفها مخربة للعلاقة الزوجية بين الطرفين.

بينما يعرفها (البطوسي ،٢٠١٠): بأنها حالة من الانفلات الاخلاقي الخيالي السري والتحرر غير المقنن وغير المدروس وغير المسبوق بحيث يصير الزوجين في حالة انفصال عام داخل البيت الواحد يؤدي إلى طلاقي جنسي في الفراش وسادة واحدة ينام الرجل وهو يفكر في المرأة او الفتاة التي ارتبط بها عبر المراسلات الالكترونية وتنام المرأة وهي تفكر كيف ستلتقي بالرجل أو الشاب الذي واعدته علي الانترنت لممارسة المتعة الحرام.

ويعرفها دومنلو (٢٠١٣) بأنها: "علاقة عاطفية او جنسية أو مزيج من الاثنين معا عبر الانترنت بدأت واستمرت من خلال وسائل التواصل السرية علي الانترنت مثل: البريد الالكتروني وغرف الدردشة ومواقع التواصل الاجتماعي.

كمـا يعرفهـا نيومـارك (٢٠١٧) بأنهـا: "أي علاقـة سـواء كانـت عاطفيـة (الوقـوع فـي الحـب – الارتبـاط العـاطفي) أو جنسـية (علـي أسـاس الجنس) أو كليهمـا خـارج العلاقـة الزوجيـة والتـي يـتم الاحتفـاظ بهـا سـراً بعيـداً عـن الشـريك الاساسـي وتشـمل وسـائل المشـاركة بـأي وسـيلة تكنولوجيـة او علـي شـبكة الانترنـت مثـل الرسائل النصية عبر الهاتف والبريد الالكترونـي ومواقع التواصل الاجتماعي.

وتعرفها (فؤاد (شرين) ٢٠١٤): بأنها علاقات جنسية كاملة تفتقد لعامل واحد في حين تتوافر العوامل الأخرى بكثافة وقوة كبيرة فأن انخراط الشخص في علاقة عبر الانترنت يؤدي بذلك الشخص الـي الاحسـاس والتفاعـل بكـل المعطيـات وظـروف علاقـة جنسـية واقعية عدا التواصل الجسدي والذي لا يقلل من وقوع ذلك الفعل علي الطرف الآخر فيكون الانفعال العقلي أشد وطأة علي النفس من وجـود علاقـة جسدية فقط وتبعـا للمعـايير الدينيـة يكـون تحقـق أهـم أركان العلاقة الجنسية مثل الرغبة (التي تنطوي علـي عامل القصد والنيـة) وعامـل تحقـق النتيجـة (تنطـوي علـي إرادة الاحسـاس الجنسـي) وبالتـالي تكـون العلاقـات عبـر الانترنـت تحمـل مسـاوئ وخيمة يجعلها تقع ضمن أفعال الزنا ، وان لم يكن الزنا بالاتصال.

بينمـا يعرفهـا برنـي (٢٠١٥): بأنهـا علاقـة جنسيةأو عاطفيـة عبر الانترنت خارج العلاقة الزوجية تشمل كلا من مشاهدة المواقع الإباحية والدردشة الساخنة أو كليهما معاً والارتبـاط العـاطفي القـوي والوقوع ف الحب أو كلاهما معاً.

وتعرفها (رسلان (عزة) ٢٠١٦): بأنها هي علاقة عاطفية أو جنسية مع امـرأة اخـري غيـر الزوجـة عبـر الانترنـت تتضـمن تبـادل المعلومات الخاصـة، أو الصـور الشخصـية أو الافـلام الاباحيـة بشـكل يتجاوز حدود الخصوصية وقد تكون هذه العلاقة مستمرة أو مؤقتـة مع امرأة واحدة أو أكثر عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

✍ **نستخلص من خلال التعريفات السابقة للخيانة الالكترونية الآتي:**

- اختلف الباحثون في تحديد ابعاد الخانـة الالكترونيـة فـالبعض يعرفهـا علـي إنهـا علاقـة جنسـية فقـط عبـر الانترنـت بينمـا يعرفهـا آخـرون علـي أنهـا علاقـة جنسـية أو عاطفيـة عبـر الانترنـت الا ان الباحثـة تـري أن الخيانـة الالكترونيـة تشـمل كلا من العلاقة الجنسية والعاطفة عبر الانترنت.

- تشير البحوث والدراسات أنه يمكننا اعتبار الخيانة الالكترونية خيانة سواء كانت عن طريق البريد الالكتروني أو في المجتمعات الافتراضية أو غرف الدردشة او الالعاب التفاعلية أو مجموعات الأخبار.
- وايضا الخيانة الالكترونية هي خيانة سواء كانت كلاماً أو صوراً أو رسائل او لقاءات عبر الكاميرا وسواء كان سرياً أو علنياً سواء كانت مره واحدة أو عدة مرات وسواء قصرت أو طالت وسواء كانت متوالية ومتفاوتة وسواء كانت مع شخص أو عدة أشخاص وسواء كانت مع شخص محدد أو عشوائي وسواء كانت علاقة عاطفية أو كانت جنسية كاملة عبر الانترنت أو جزئية.

<u>الخيانة الالكترونية والخيانة الزوجية:</u>

- لم يتفق الباحثون علي تعريف واحد محدد للخيانة الزوجية الالكترونية وقد يرجع ذلك الي ان الخيانة لها صور كثيرة وهي نسبية من شخص إلى آخر في تحديدها او ادانة الزوج/ الزوجة بناء علي تفسير معني الخيانة من قبل الزوجة أو الزوج أو من أي شخص في المجتمع.
- إن الخيانة هي خيانة مع أي شخص سواء كانت في محيط العمل أم غير ذلك وسواء كان سرياً أو علنياً وسواء كانت مره او عدة مرات سواء قصرت أو طالت سواء كانت متوالية أو متفاوتة سواء كانت إعجاباً بالطرف الاخر أو كانت علاقة جنسية كاملة وجزئية.
- تعتبر الخيانة الالكترونية أحد أنواع الحياة الزوجية بل وله نفس آثار الخيانة الزوجية التقليدية حيث أن الاندماج العقلي والعاطفي أو الجنسي للزوج في مثل هذه العلاقات عبر الانترنت يسبب الآلم العميق للشريك الفعلي.
- بعد الاطلاع علي التعريفات الخاصة بالخيانة الالكترونية والخيانة الزوجية تبين أن جميعها تتفق علي معني واحد وهي خيانة الزوج لزوجته بأي وسيلة سواء كانت عبر الانترنت أو

- التليفون أو في الواقع وأن الحياة الالكترونية تعتبر أحد أنواع الخيانة الزوجية وقد تؤدي في بعض الحالات إلى الخيانة الزوجية.
- إن الخيانة الالكترونية والخيانة الزوجية بينهم علاقة قوية يصعب الفصل بينهم فعندما يرتبط الزوج بعلاقة عاطفية علي الانترنت (سواء واحدة أو اكثر، سواء تحولت غرف الدردشة إلى ملهي ليلي يتم تبادل الرسائل الجنسية الصريحة والصور والافلام الجنسية) فإنه بذلك يكون وقع في الخيانة الالكترونية واذا تحولت تلك العلاقات من الانترنت إلى أرض الواقع فبذلك يكون الزوج وقع في الخيانة الزوجية وبالتالي في سلسلة متتابعة كل مرحلة فيها تؤدي إلى المرحلة التي تلبها.

<u>الخصائص المميزة للعلاقات عبر الانترنت:</u>

توفر شبكة الانترنت المجهولية للأفراد في الكشف عن مشاعرهم ومخاوفهم فالأشخاص الذين لا يستطيعون تكوين علاقة عاطفية أو جنسية مع الاخرين وجهاً لوجه او لديهم مشاكل بشأن هذه العلاقات وجهاً لوجه يمكنهم تكوين هذه العلاقات عبر الانترنت بسهولة. ومع تزايد تغلغل الانترنت في الحياة اليومية لحوالي ٣٠% من شعوب العالم يزداد عدد الأفراد المستخدمين للانترنت للتواصل مع شركاء لإقامة علاقات عاطفية علي الرغم من وجود علاقة زوجية فُن طبيعة الانترنت دعمت العلاقات عبر الانترنت خارج نطاق الزواج بشكل متزايد اكثر من أي وقت مضـــي فالراحة وعدم الكشف عن الهوية جعلت شبكة الانترنت وسيلة للأفراد في تكوين علاقات غير مشروعة والمحافظة عليها.

حيث أن استخدام شبكة الانترنت جعل الأفراد الذين يقومون بالخيانة الإلكترونية يتمتعون بكل من الاستقرار مع الشريك الاساسي ومزايا الخيانة في نفس الوقت فيستخدم الافراد المتزوجين الانترنت لمقابلة الغرباء الغازلة والانخراط في المحادثات الجنسية او السلوك الجنسي معاً كما أن هناك غرف دردشة مصممه خصيصاً للأشخاص المتزوجين الذين ينخرطون في أنشطة واحاديث جنسية مع الشخص الآخر وتملأ غرف الدردشة صفحات الانترنت بكل ما فيها من غرف الدردشة الصوتية والكتابية وتزداد

يوماً بعد آخر غرف الدردشة علي شبكة الانترنت وتزداد كذلك أعداد المهتمين بهذا النوع من التواصل مع الأخرين وقد انتشرت علي الشبكة منتديات التعارف بشكل كبيره وهي بحد ذاتها مواقع تسلية وبناء صداقات.

إن الفضاء الالكتروني خلق نوعا جديدا من العلاقات الانسانية عامة والعلاقات العاطفية والجنسية خاصة وتلك العلاقات اصرت علي الافراد بصفة عامة وعلي الزوجين بصفة خاصة فظهر نوع جديد من انواع الخيانة لم يكن موجودا من قبل ولا يحتاج من الخائن اي مجهود او تكاليف للتورط في الخيانة فنجد الزوج أو الزوجة جالساً علي شبكة الانترنت لفترات طويلة مكونا علاقات عاطفية وجنسية متجاهلاً الشريك معاً مما أدي الي حدوث الخلافات الزوجية وفي بعض الأحيان مسبباً الطلاق.

أنواع الخيانة الالكترونية:

أظهرت نتائج بحث ويتي (٢٠٠٣) وجود ثلاثة انماط من السلوكيات التي تتضمن الخيانة الالكترونية والتي تتمثل فيما يلي:

١- استخدام المواقع الاباحية.
٢- الخيانة العاطفية.
٣- الخيانة الجنسية.

كما أشارت نتائج بحث كل من هينلاين ولماك وهوارد (٢٠٠٧) الي ان الخيانة الالكترونية ظاهرة متعددة الأوجه تتضمن مكون عاطفي (مثل عرض التفاصيل الشخصية لشخص أخر) ومكون جنسي (مثل الجنس عبر الانترنت).

✍ ويقسمها جوهانسون (٢٠٠٩) الي ثلاثة انواع كما يلي:

١- الخيانة الالكترونية العاطفية: هي تورط أحد الشريكين عاطفياً مع شريك آخر من خلال الانترنت يجعله يبعد نفسه أو تبعد نفسها عاطفياً عن العلاقة الأساسية.

٢- الخيانة الالكترونية الجنسية: هي نوعمن انواع الطاقة الجنسية (أفكار أو مشاعرأوسلوكيات) والتي تتم خارج العلاقة الجنسية الاساسية بطريقة تدمر العلاقة بين الطرفين ثم التظاهر بأن هذا النقص في الطاقة لن يؤثر علي الشريك والعلاقة.

٣- **الخيانة الالكترونية المركبة:** هي قيام أحد الشريكين بسحب الطاقة الجنسية والعاطفية والتي تشمل الأفكار والعواطف والأفعال مع شريك أخر خارج العلاقة الأساسية.

✍ بينما قسمها نيومارك (٢٠١٣) الي ثلاثة انواع كما يلي:

١. **الخيانة الالكترونية الجنسية**: وتتضمن تبادل رسائل جنسية وارسال الصور الجنسية والانخراط في ممارسة الجنس علي الانترنت مع شخص خارج العلاقة الجنسية.

٢. **الخيانة الالكترونية العاطفية:** وتتضمن الوقوع في الحب وكشف الأسرار والارتباط العاطفي واهدار كمية كبيرة من الوقت في الحديث مع شخص اخر خارج العلاقة الزوجية.

٣. الخيانة الالكترونية الجنسية والعاطفية: وهي التي تجمع بين النوعين السابقين.

✍ **وقسمت (فؤاد (شرين) ٢٠١٤ الخيانة الالكترونية إلى:**

١- **الخيانة المعنوية:** حيث تكون العلاقة بكافة اركانها محصورة داخل الخيال والانشغال الذهني واهم ركن بها الانشغال العاطفي بالقلب والتقارب الروحي رغم وجود مسافات زمنية أو مكانية.

٢- **الخيانة المادية:** وهي التي تتضمن تطور العلاقة لممارسة جنسية.

ويشير (Maheu, 1999) إلى أن الانشطة الالكترونية تتراوح بين سلوك الغزل وتبادل المشاعر ويتراوح مدته ما بين دقائق الي سنوات وقد يستخدم اللقاء المباشر عبر الكاميرا **كما قسم الأنشطة الالكترونية الي نوعين:**

١- **الأنشطة الالكترونية الخفية:** وتتمثل في نشاط الحب السري والمستمر خلال التواصل الالكتروني مع الاخرين ويستمر النشاط عبر الانترنت بدون معرفه الشريك.

٢- **الأنشطة الالكترونية المعلنة:** ويكون أحد الطرفين في العلاقة الواقعية علي معرفة بنشاط آخر الكتروني ولكنه لا يعلن لفظياً رغبته في توقفها **وينقسم هذا النوع لما يلي:**

أ. **مع قبول الشريك:** وفي هذه الحالة يقوم المتزوجين بأنشطة علي الانترنت توفر خبرات عاطفية وخبرات جنسية غنية دون ان تهدد الازواج.

ب. **بدون قبول الشريك:** عندما يستمر النشاط عبر الانترنت بدون قبول الشريك ويمكن أن يضر بالعلاقة وقد أدي ذلك بالفعل الي العديد من حالات الطلاق.

لا نتفق هنا مع ماهيو في قبول الشريك بالخيانة الالكترونية فلابد من الاخذ في الاعتبار من اختلاف الثقافات بين المجتمع الغربي والمجتمع العربي ففي الغرب قد يوافق بعض الأزواج علي الخيانة الالكترونية لشركائهم علي العكس من المجتمعات العربية.

وأشارت نتائج بحث كل من دوكان مورجان ودوكان (٢٠٠٧) أن الخيانة الالكترونية تتكون من فئتين من السلوكيات هي:

١- الفئة الأولي: سلوكيات سطحية**:** وتتضمن الحديث الالكتروني حول الحياة اليومية مع شخص تم التواصل معه في غرف الدردشة وارسال رسائل عاطفية عب البريد الالكتروني وتكوين صداقات.

٢- الفئة الثانية: سلوكيات عميقة**:** وتتضمن التعبير عن الحب لشخص ثم التواصل معه من خلال غرف المحادثة وممارسة الجنس الالكتروني مع شخص من خلال غرف الدردشة والتخطيط لمقابلته عبر الانترنت ثم مقابلتة من خلال الانترنت.

بينما أشارت نتائج بحث كل من هيينلاين ولامك وهوارد (٢٠٠٧) أن هناك أربعة أنشطة تمثل الخيانة الالكترونية وهي الجنس: عبر الانترنت والارتباط العاطفي، التعارف عن طريق الانترنت، التفاعلات الجنسية علي الانترنت.

ويوضح كل من كيرافنز ولاكي وايتنج (٢٠١٣) ان السلوكيات التي تعد مؤشراً للخيانة الالكترونية تتمثل فيما يلي:

١- الصداقة عبر الانترنت مع شريك أو زوج سابق.
٢- الصداقة عبر الانترنت مع أشخاص مشبوهين.
٣- ارسال رسائل خاصة للجنس الآخر.
٤- التعليق علي صور أشخاص مشبوهين.
٥- عدم ذكر الحالة الاجتماعية الصحيحة علي الحساب الشخصي.

أسباب الخيانة الالكترونية:

إن شعور أحد طرفي العلاقة الزوجية بالرفض من قبل الشريك وعدم الشعور بالراحة والأمان في العلاقة الزوجية هما: أحد أهم أسباب تورط الأزواج في الخيانة الالكترونية بينما يري (عبد الله وآخرون ٢٠٠٤) ان الخيانة الالكترونية ترجع الي ما يلي : الهروب الكبير من الواقع الذي يبدو لهم مقبضا وقاحلا الي ملذات تقدم لهم أملاً يقيهم من الوقوع في الجنون أو الاكتئاب إهمال الشريك الحقيقي وعدم منحة الثقة بنفسة أو إعطائه التقدير الكاف والعواطف المتدفقة المتجددة الفجوة بين الزوجين.

وتتعدد أسباب تورط الافراد في الخيانة الالكترونية إلى الضجر أو الفضول وشعور أحد الزوجين بعدم التقدير من الطر الاخر أو التعرض لأساءه المعاملة في العديد من الاوقات وربما الرغبة في وجود شيء مختلف في حياتهم وبدلاً من تحديد المشاكل التي تكمن في العلاقة ومحاولة اصلاحها يلجأ البعض للخيانة وقد ينظر البعض إلى شبكة الانترنت باعتبارها مكاناً مثالياً لفعل ما يرغبون لعدم وجود حظر عليهم واعتبار الحياة الالكترونية بأنها ليست خيانة لعدم وجود اتصال جسدي.

كما أن المواقع الالكترونية قد تساعد علي تسهيل الخيانة الالكترونية وجعلتها أكثر قبولاً فمعظم المواقع تعلن عن نفسها بشكل منفتح فهنا غرف محادثة تسمي "للخائنين" أو "متزوج ولكن خائن" فالشركاء المتورطين في الخيانة الالكترونية يعرفون أين يذهبون وماذا يفعلون عندما يصلون وقد يرجع سبب تورط العديد من الأفراد في الخيانة الالكترونية إلى الاستمتاع والترفية وليس الفضول بالاضافة إلى أن احساس الشريك للخيانة الالكترونية محدود فبأ؟مكان الزوج أن يتواصل مع أي شخص عبر الانترنت أثناء جلوسه مع أسرته وتحدث الخيانة الالكترونية دون أن يشعر الشريك بالثقة التي تنتهك.

وتساهم العديد من العوامل في زيادة احتمالية التورط في الخيانة الالكترونية ومن هذه العوامل زيادة استدام خدمات البريد الالكتروني والانترنت وغرف المحادثة ومواقع التواصل الاجتماعي عبر الانترنت والمواقع الاباحية كما تشير؛ ربيع (هبه)

وحبيب (بشري) ٢٠٠٩) أن الخيانة الالكترونية سلوك له أسبابه المتنوة **يمكن تلخيصها فيما يلي:**

١- **دوافع نفسية**: مثل حب المغامرة والاستطلاع وغالبا ما تتحول العلاقات الخيالية عبر الانترنت الي علاقات حقيقية والشعور بالتوتر والفراغ ومحاولة تأكي الذات والثقة بالنفس والهروب من المشكلات.

٢- **دوافع اجتماعية:** تتمثل في تقليد الاصدقاء ورفقاء السوء والمسايرة الاجتماعية والتفاخر والدعابة والتعلم بالاضافة الي كثرة الضغوط التي قد يعاني منها احد الاطراف كعدم التوافق في العمل.

٣- **دوافع مادية:** مثل عدم قيام الزوج بتغطية متطلبات الزوجة وخاصة فيما يتعلق بالملبس والزينة والذهب.

٤- **دوافع انتقامية**: عندما يمارس أحد الاطراف الخيانة انتقاماً من الطرف الأخر وثأراً لكرامته المهدورة.

وتعتبر المجهولية احدي العوامل المساهمة في انخراط الأفراد في العلاقات عبر الانترنت فالمجهولية جعلت الافراد يتحدثون بحرية أكبر عبر الانترنت بسبب حقيقة أنه لا أحد يعرف من هم والتمتع بالجرأة اكثر من لا يستطيعون مشاركتها مع الاخر في الحياة الواقعية كما سهلت الافصاح الذاتي الذي يتاح اكثر في التواصل عبر لانترنت فهم لا يشعرون بالحرج في اظهار افكارهم ومشاعرهم وخيالاتهم للغرباء.

وهو ما يؤكد كيرافنز (٢٠١٠) حيث يشير الي انه من العوامل الاساسية التي تدفع الاشخاص لاقامة علاقات عاطفية وجنسيةععبر الانترنت: سهولة الوصول للاخرين عبر الانترنت والمجهولية وقلة التكاليف والهروب من الضغوط في اليحاة الواقعية بينما يري كل من هيرتلاين وستيفنس (٢٠١٠) ان من ضمن الاسباب التي ساعدت علي انتشار الخيانة الالكترونية القدرة علي تحمل التكاليف وسهولة الوصول اليها حيث ان مواقع التواصل الاجتماعي مجانية لمستخدميها ويسهل الوصول اليها فليس هناك اي وصمه عار مرتبطة بالوصول الي هذا الموقع في الاماكن العامة.

ويقدم جوثير (٢٠١٥) سبعة عوامل جعلت الانترنت وسطاً ملائماً وجذاباً للخيانة الالكترونية هي:

١. **المجهولية:** التي تمثلت في أن التواصل عبر الانترنت سمح للمستخدمين بإدارة الخصائص الديموغرافية التي قدمها الشخص عن نفسه.
٢. **سهولة الوصول لاخرين عبر الانترنت:** التي تتمثل في الدخول في الانترنت من خلال العديد من الأجهزة في اوقات مختلفة.
٣. **امكانية تحمل التكاليف:** التي تتمثل في ان تكاليف الاشتراك منخفضة نسبياً.
٤. **التشابه مع العالم الواقعي:** الذي يتمثل في محاكاة الانترنت للعالم الحقيقي في التفاعلات والمواقف مع الاخرين.
٥. **القبول:** الذي يتمثل في ان التواصل عبر الانترنت يزيد من نطاق المعايير الاجتماعية.
٦. **الغموض:** الذي يتمثل في غوض ما هو السلوك المقبول والسلوك الغير مقبول.
٧. **الموائمة:** التي تتمثل في الفرق بين الات الحقيقية للفرد والذات المثالية علي الانترنت التي يقدمها الفرد عن نفسه.

ويعتبر كيرافنز وليسي وواينتج (٢٠١٣) مواقع التواصل الاجتماعي احد اسباب الخيانة الالكترونية وافشاء سر العلاقات نظراً لغرف الدردشة التي يمكن الوصول اليها بسهولة في العمل أو المنزل دون شبهة او الوقوع في أي مشاكل والدخول من خلاله الي مواقع اباحية علي شبكة الانترنت كما أن مستخدمي فيسبوك ليهم كلمات مرور خاصة بهم لا يعرفها أزواجهم كما يعد الهروب من العمل والشعور بالملل من الاسباب الاساسية للدخول إلى مواقع التواصل الاجتماعي كما يشير مستخدمي الانترنت انفسهم.

بينما يشير كل من كيرافنز (٢٠١٣) ان وجود حسابات خاصة للمستخدمين مع كلمات السر الخاصة بهم يمنع شركاءهم من

معرفة ما يقومون به في الفيسبوك ، اسال الرسال الخاصة الي الاخرين والتواصل معهم والانخراط في سلوكيات الخيانة وشريكة في الغرفة نفسها ، انشاء حسابات وهمية فيستطيع الشريك الذي لديه حساب مزيف الاحتفاظ به سرا بعيدا عن شركائهم من اهم العوامل في حدوث الخيانة الاكترونية.

كما ان الفروق الفردية في الششخصية عدم الرضا عن العلاقة الزوجية ، الاهمال من قبل الشريك الواقعي ، الحاجة الي تجارب جنسية جديدة والغضب من الشريك الواقعي ، والاحساس بالرفض عند التعامل مع الشريك في العلاقة الاساسية وعدم الشعور بالامان معه من اهم العوامل التي تساعد علي تطورط الشريك في الخيانة الالكترونية.

ويجب الاخذ في الاعتبر أن الأسباب السابقة محاولات اجتهادية لأسباب الخيانة الالكترونية مع مراعاة مسالة الفروق الفردية فقد يكون هناك سبباً يدفع الزوج إلى خيانة الزوجه عبر الانترنت ورغم ذلك لا يخونها وكذلك الحال بالنسبة للزوجة.

انتشار ظاهرة الخيانة الالكترونية:

✓ الانتشار في المجتمع الغربي:

أوضحت دراسة نوعية في الغرب أجريت في عام ٢٠٠٠ علي ٩٤ شخصاً كانوا شركاء في علاقة عاطفية علي الانترنت وكان من نتائجها ما يلي:

- ما يقرب من ٤٠% من الحالات تطورت العلاقات الالكترونية إلى علاقات واقعية منها لقاءات عاكفية والبعض الاخر تطور إلى لقاءات حميمية.
- ٣٠% من الحالات لديها تاريخ من السلوك الجنسي القهري.
- شعور الشركاء الفعليين (الزوج – الزوجه) بالغضب والأذي والخيانة كذلك الشعور بالنقص.
- تم اكتشاف ٢٠% من حالات طلاق نتيجة العلاقات عبر الانترنت.
- اقر ٧٠% من الأزواج انخفاضاً كبيراً في العلاقة الجنسية مع الشريك الفعلي بالحياة نتيجة الاتغماس في علاقات الانترنت.
- وقد كشفت عينة من مستخدمي الانترنت السويديين من الذين ذهبوا إلى الانترنت لأسباب جنسية الي النتائج التالية:

- أن المرأة فـي جميع الفئـات العمريـة بصـرف النظـر عن أولئك اللاتـي تتراوح اعمارهن بين (١٨-٢٤ سنه) تنخرط فـي الجنس اكثر من الرجال.
- أن النسـاء اللاتـي تاوحـت اعمـارهن بـين (٢٥-٣٤ سـنة) نسـبة ٣٥% من النساء بينما بنسبة ٣٠ % من الرجال.
- أن النسـاء اللاتـي تراوحـت اعمـارهن بـين (٣٥ – ٤٩) بنسـبة ٣٧% من النساء بينما بنسبة ٢٥ % من الرجال.
- أن النسـاء اللاتـي تراوحـت اعمـارهن مـا بـين (٥٠-٦٥ سـنة) بنسبة ٢٢% من النساء بينما الرجال ١٣% .

كما تشير الدراسـات العالميـة إلـى وجـود عشـرات الآلاف مـن المواقع الجنسية علي الانترنت وهـي تزيـد بمعـدل ٣٠٠ موقـع يوميـاً وتتراوح نسبة من يسقطون في شراك الخيانة اللكترونية بين النسـاء نحو ٢٥ % وبين الرجال نحو ٣٥% بينما حوالي ٣٠% مـن الوقت الـذي يقضـي علـي الانترنـت يصـرف فـي الانترنـت ظـاهرة منتشـرة وبقـوة فـي الاونـة الأخيـرة وصـار قضـية عالميـة شـائكة اكـدت فيهـا جميـع الأبحـاث والاسـتطلاعات أن الجـنس عببـر الانترنـت يعتبـر خيانة زوجية.

وعلي الرغم من ان الخيانـة الالكترونيـة ليسـت شـائعة الا انهـا تبدو فـي تزايـد ووفقـا لتجليـل مستخدمي الانترنـت فانـه بقـدر حـوالي ١٠-٢٠% مـن الأفـراد الـذين ذهبـوا إلـى الانترنـت مـع نوايـا جنسـية ومعظـم هـؤلاء الافـراد كـانوا مـن ذوي التعلـيم المتوسـط ومتـزوجين ولـديهم اطفال وهم من الذكور وتبلغ اعمارهم ٣٠ عاما وعلـي الـرغم ممن ان الرجال يشكلون الغالبيـة العظمـي مـن الافـراد الـذين يرتكبـو الخيانـة الالكترونيـة الا ان المـرأة لا تسـتثني مـن ذلـك فـان المـراة الخائنة عبر الانترنت هي الغير سعية بزواجها وتشـعر بانهـا مهملـة فتلجـأ الــي المواقــع عبــر شــبكة الانترنــت المصــممة للأشــخاص المتزوجين الذين يبحثون عن رفيق غير الـزوج فهذه المواقـع تطلـب معلومـات عـن كـل مـن يتقـدم بطلـب لهـا تتـراوح مـن اسـمك إلـى الهوايات المفضـلة ويحـاولون العثـور علـي شـخص مطـابق لـه تمامـاً فهؤلاء الزوجات تبحث عن العاطفة التي من المفترض ان يكون في

زواجهما.كما يقدر عدد مستخدمي فيسبوك ١ مليار في اكتوبر ٢٠١١ بالاضافة الي تزايد شهرة هذه الموقع فقد ركز الاعلام بشكل كبير علي تأثير مواقع التواصل الاجتماعي علي العلاقات الزوجية الذي تزايد واحد اهم الاسباب هو ان عدداً كبيراً من حالات الطلاق كانت بسبب الفيسبوك وان ٢٠% من حالات الطلاق المذكور كانت بسبب الفيسبوك في ٢٠٠٨ وارتفع العدد الي ٣٣% في ٢٠١١ كما ذكر محامو الجمعية الامريكية للقضايا الزوجية ان الفيسبوك سجل أعلي نسبة في الرسائل الغير ملائمة للاصدقاء من الجنس الأخر والمشاركات الجنسية التي حازت علي تعليقات بين الزوجين المنفصلين.

وقد أظهرت البيانات في العقد الماضي ارتفاعاً ملحوظاً في تسبب الانترنت في التورط في الخيانة الالكترونية كما أسفرت العلاقات الزوجية عن نتائج سلبية مماثلة عند المقارنة بين أثار الخيانة الالكترونية والخانة التقليدية وأن ٢٢% من المنفصلين أو المطلقين كانت بسبب الخيانة الالكترونية.

الآثار الناتجة عن الخيانة الإلكترونية:

✍ سنعرض آثار الخيانة الإلكترونية علي الشخص ذاته وعلي الشريك الفعلي كما يلي:

– أولاً: آثار الخيانة الالكترونية علي الشخص ذاته:

فقد لاحظ عدد من المنظرين الأوائل ان الخيانة الالكترونية تجعل تقدير الذات لدي الشخص الخائن أكثر ضرراً، بالاضافة الي شعورة بالذنب وعلي لرغم من ان البعض لا يشعر بالذنب حيال ذلك الا انهم يشعرون بالذنب عندما يرون تدمير العلاقه مع الشريك الفعلي فالخاينة الالكترونية ترهقهم وتهدر طاقتهم الجنسية والعاطفية كما تعتبر خيانة للذات.

بينما اشارت نتائج بحث شنايدر (Schneider) ان ثلثي الازواج اقروا بتراجع خطير في العلاقة الجنسية مع ازواجهم نتيجة الانخراط في الخيانة الالكترونية الجنسية وقد حدد " البطوسي" اثار الخيانة الالكترونية علي الشخص الخائن في ان السقوط في براثن الخيانة الالكترونية يتحول إلى ادمان علي الرغم من أن العديد ممن يستخدمون هذه الوسيلة يعتقدون انها ليست خيانه بالمعني الحرفي

للخيانة والاعتياد المرضي ومفسده الوقت والقلب والنفس ويمكن ان تحقق اشباعا عاكفيا وجسيا يغري بالاستمرار لإن هذه الخيانة مرتبطة بالخيال فتدفع الشخص لان يعيش من خلالها دورا يرغب فيه ولا يجده في حياته الحقيقة لذلك نجد هذا الشخص محبطاً ومنعزلاً اجتماعياً ارتكاب المعاصي والموبقات والوقوع في خطيئة الزنا.

✍ في حين حددتها (فؤاد (شرين) ، ٢٠١٤ : ١٥٧) فيما يلي:

- **آثار مادية**: اضطراب الأكل والنوم، الخلل الوظيفي للجسم، انخفاض الطاقة والألم الجسدي وكل ذلك نتائج الانشغال المستمر بالانترنت وتكريس معظم الوقت والمجهود لها، بالإضافة الي استهلاك معظم الطاقة العاطفية والجنسية من خلال علاقات الانترنت.
- **آثار نفسية:** الاكتئاب والقلق ، فقط السيطرة الكاملة علي الغضب، العزلة وذلك نتيجة التشتت بين علاقة الزواج وعلاقات الانترنت والخزي والخجل من الذات والشعور بالخوف من انكشاف الأمر.
- **آثار معنوية:** هفوات الذاكرة، صعوبه اتخاذ القرار ، التشتت وتبدل الحال ما بين السعادة والحزن وذلك نتيجة ما تمر به علاقات الانترنت من حالاً خلاف وخصام أو فراق تؤثر بصورة سلبية علي الشخص وتنعكس علي انفعالاته وسلوكياته بالحياة الواقعية.

-ثانياً: أثار الخيانة الالكترونية علي الشريك:

فقد حدد يونج (١٩٩٨) خمسة ردود أفعال شائعة غالبا ما تقوم بها الزوجات اللاتي تعرضن للخيانة الالكترونية "أرامل الغنترنت" عند التعامل مع شريكها بعد اكتشافها لخيانتة عبر الانترت **تتمثل فيما يلي:**

١. تبدأ الزوجات اللاتي تعرضن للخيانة الإلكترونية في اقيام بأدا الواجبات المنزلية المعتاده المهملة تجاة شريكها.
٢. تحاول الزوجات اللاتي تعرضن للخيانة الإلكترونية السيطرة علي الموقف وعلي الشريك.
٣. تشعر الزوجات اللاتي تعرضن للخيانة الالكترونية بالاحباط والغيرة من الكمبيوتر

٤. محاولة الزوجات اللاتي تعرضن للخيانة الالكترونية اخفاء المشكلة.
٥. تشعر الزوجات اللاتي تعرضن للخيانة الالكترونية بالخوف ولكنها لا تريد ان تنهي العلاقة

ويمكن أن توصف آثار الخيانة الالكترونية علي الشريك من خلال استعراض المراحل المقترحة من ميلراد (١٩٩٩) الذي صاغ نموذجاً من أربع مراحل للشفاء من الخيانة الالكترونية من النساء اللائي طلبن العلاج الزواجي بسبب أزومه خيانة ازواجهن لهم عبر الانترنت وتتمثل المراحل الاربعة لنموذج "ميلراد" في: مرحلة قب الشفاء، الأزمة، الصدمة، الأسي، حيث تركز أول مرحلتين علي أثر الخيانة الالكترونية علي المرأة بينما تركز أخر مرحلتين علي التغيرات التي تحدث بعد العلاج ففي مرحلة قبل الشفاء: تميل المرأة تجاهل الشعور بأن شيئا خطأ يحدث وتبدأ بسلوكيات التطفل ، ثم مواجهة أزواجهن ومحاولة استخدام طرق لخفض استخدام زوجها للانترنت والشعور بعدم الثقة فيما يتعلق بجاذبيتها وغالباً مشاعر سلبية عن صورة الحسد وفي مرحلة الأزمة يشعر النساء في هذه المرحلة بالحزن والاكتئاب والمرارة والعجز والخيانة والصدمة والعار والانعزال والرفض في البقاء في العلاقة والشعور بعدم الثقة بالنفس.

وقد شعر الشركاء الذين تعوضوا للخيانة الالكترونية بالتأذي ، الخيانة ، الرفض ، الهجر ، الكآبة ، الأسي ، الوحدة ، العزلة ، الإهانة ، الغضب ، فقدان الذات . بينما أقر ثلث المشاركين حوالي ٢٢,٣ % أنهم انفصلوا عن ازواجهم نتيجة تورطهم في الخيانة الالكترونية الجنسية وقد اشارت نتائج بحث كينج الذين شاركوا في الخيانة الالكترونيةة شعرن بالخيانة وفقدان الثقة في أزواجهم بعد اكتشاف الخيانة الالكترونية بينما شعر ثلث الزوجات بخسارة العلاقة وفقدان الهوية داخل مجتمعهم.

وقد عرض بحث مانينغ (٢٠٠٦) تأثيرات الخيانة الألكترونية علي الشريك ووجد الشركاء أن هذه السلوكيات علي الانترنت غير لا ئقة باعتبارها تهدد العلاقة الزوجية وانتهاك للثقة بين الزوجين وفي كثير من الاحيان تكون الخيانة الالكترونية لها ضررا ماثلا

للخيانة الزوجية التقليدية ويلاحظ مستخدمي مواقع التواصل لاجتماعي يتواصلوان مع معارفهم الاكثر شيوعا في الحياة الحقيقة ونتيجة لك قد يشعر الشريك بالأسي أكثر في مواقع التواصل الاجتماعي لأنه يعرف الشخص الذي قام بالخيانة مع شريكة وربما تفاعل مع هذه الشخص في أجواء الحياة الواقعية بعيدا عن شبكة الانترنت ولها تشكل تهديدا اكبر للعلاقة من الاجتماع مع شخص في مواقع اباحية.

كما أشار كل من جواداجنو وساجارين ان الرجال شعروا بالغيرة نتيجة تصور اقامة زوجاتهم علاقة جنسية مع شريك عبر الانترنت بينما النساء اكثر غيره عند تصور ازواجهن في علاقة عاطفية مع شريك عبر الانترنت بينما شعر كلا الجنسين بالغضب عند تصور مشاركة الشريك في علاقة جنسية مع شريك الانترنت بالمقارنة مع المشاركة في علاقة عاطفية وقد اصبحت عواقب الخيانة الالكترونية اليمة ومرتفعة حيث ادمن ١٧% من المستخدمين لشبكة الانترنت الخيانة الالكترونية الجنسية وقد يواج بعض الازواج صعوبة في الحصول علي دليل علي خيانة شركائهم عبر الانترنت فتعاني من الاكتئاب والالم النفسي وعدم القدرة علي العطا.

وقد ترتب علي ذلك حدوث طلاق من نوع جديد يسمي باسم الطلاق العاطفي حيث ان جلوس الأزواج علي شبكة الانترنت للبحث ومشاهدة مواقعها الكثيرة لساعات طويلة تحرمهم من الاجتماع بزوجاتهم وعدم فتح حديث وحوار بين بعضهم البعض الامر الذي يؤدي في النهاية إلى انفصال عاكفي وعدم رغبتة في التحدث مع زوجتة وقد يصل به الأمر إلى السفر إلى الفتيات اللاتي يتحدث معهن عبر الانترنت لرؤيتهن علي الطبيعة ما يؤدي إلى تذبذ العلاقة الزوجية.

وقد أشار بحث كل منه كيرافنز وليسي وايتنج (٢٠١٣) إلى تنوع التجارب العاطفية للمشاركين بعد اكتشاف الخيانة الالكترونية لشركائهم وهي:

١. **التأذي:** من ردور الفعل الأكثر شيوعاً عند اكتشاف الخيانة الالكترونية قبل الشريك هو الشعور بالاذي، الآلم والمعاناة.
٢. **فقدان الثقة:** يعتبر انتهاك الثقة هو الأكثر انتشاراً بين المشاركين.

٣. **الصدمة:** تدور معظم مشاعر المشاركين حول الصدمة عند اكتشافهم للخيانة الالكترونية من قبل شراكائهم
٤. **الغضب:** ذكر المشاركين الشعور بالغضب بعد الاكتشاف، كما اغضبهم المحتوي الموجود علي حسابات الشريك.

ويشعر الشريك بمشاعر من القلق وعدم الاستقرار اذا لم تحدث الخيانة الالكترونية خوفا من تورط الشريك في الاتصال الجسدي مع الشخص الاخر عبر الانترنت وهذا النوع من الغيره يتمحور حول مشاعر تهدد ويسمي الغيره المشبوهه اما اذا حدثت الخيانة الالكترونية الجنسية مع الشخص الاخر فإن الشريك يشعر بنوع اخر من الغيره هي مشاعر الغضب والخيانة.

بينما حددت (فؤاد شرين) ، ٢٠١٤) هذه الآثار فيما يلي : وصف معظم شركاء المستخدمين (الزوج – الزوجة) لاثر الخيانة كمزيج من الدمار الاذي ، الخيانة ، فقدان احترام الذات ، انعدام الثقة ، الخوف ، الشك ، عدم وجود نفس القدر من التفاعل في العلاقة الحميمية بينهما بالاضافة الي الغضب الشديد حتي اصبح التامل بينهم يشوبه الايذاء الجسدي ، الشعور الغير كافي من خلال العلاقة بينهما ، والشعور بعدم الجاذبية وقد تصل لدرجة الاحساس بالقبح والنقص والخجل من الطرف الاخر ، الشعور بوقوع الطرف لاخر في الونا ، وتعدي الحدود الدينية والاخلاقية.

وقد جعلت غرف الدردشة كل زوج يتعرف علي الجنس الاخر نتيجة الفراغ الرووحي والعاطفي ولعل البعض يتخذها وسيلة للتسلية في بداية الامر ثم يتطور الامر إلى عقد لقاءات وأخيراً تحدث الخيانات الزوجية مما يؤدي إلى مشكلات الطلاق والانفصال بين الأزواج.

<u>الاتجاهات نحو الخيانة الالكترونية:</u>

تختلف الاتجاهات نحو الخيانة الالكترونية فقد اختلف الباحثون وكذلك الازوواج في اعتبار الخيانة الالكترونية خيانة زوجية أم لا لان البعض يعتبرها خيانة زوجية في حين لا يعتبرها البعض الاخر كذلك لذلك ستحاول الباحثة استعراض وجهات نظر الباحثين والازواج المختلفة للوقوف علي أوجه التشابه والاختلاف بين الخيانة الزوجية الالكترونية والخيانة الزوجية.

علـي الـرغم مـن أن كـلا مـن "بـاركر ورامبلـر" يعتبـران ان الانخراط في الخيانة الالكترونية مع شخص عب الانترنت خارج العلاقة الزوجية يؤدي إلـى اسنفاذ فـي الطاقة العاطفيـة، الجنسية إلا ان الخيانة الالكترونية لا تعتبر خيانة زوجية وقد اشارت نتائج بحث "ويتـي" الـي ان الغالبيـة العظمـي مـن المشـاركين اعتبـروا الخيانـة الالكترونيـة خيانــة زوجيــة كمــا شـعروا بالتـأثير السـلبي للخيانــة الالكترونيـة علـي العلاقـات الزوجيـة مـن حيـث الاضـرار بالشـريك الفعلي وهدم الثقة.

بينمـا أشـارت نتـائج بحـث افيلا ميلهـام أن غالبيـة المشـاركين احتفظـوا بعلاقـاتهم عبـر الانترنـت بعيـدا عـن ازواجهـم حتـي مـع ادعائهم ان مثل هذه العلاات الالكترونية لا تمثل خيانة زوجية نظرا لعدم وجود الاتصال الجسدي ف حين اشارات نتاءج بحث كل من "هينلاين" و "لماك" و "هوارد" ان بعض المشاركين اعتبروا ان اي سلوك يعتبر خيانـة في الواقع يعتبر ايضا خيانـة عبر الانترنت بينمـا اعتبـر ٥% مـن المشـاركين ان الخيانــة الالكترونيـة لا تعتبـر خيانة زوجية نظرا لعدم وجود الاتصال الجسدي.

وقد استطاع كل من وانغع وهسيونج من خلال نتائج بحثهما تقسيم المشـاركين الـي ثـلاث مجموعـات هـم: اولئـك الـذين اعتبـروا معظم السلوكيات الجنسية عبر الانترنت تمثل خيانة زوجية والئك الذين اعتبروا معظم السلوكيات عبر الانترنت تمثل خيانة زوجية بينما يري "سيليكات" ان البحوث تميل إلـى التأكيد علـي أن الخيانـة الزوجيــة الالكترونيــة تختلــف عــن الخيانــة الزوجيــة لا العلاقــات والتواصل عبر الانترنت يختلف كيفا عن التواصل وجها لوجـه كما يعتقد بعض الافراد انه كان الاتصال الجسدي غبر موجود بين اثنين او اكثـر عبـر الانترنـت اذا الخيانـة غيـر موجـودة الا ان الحقيقـة ان الاتصـال الجسدي غيـر موجـود فـي العلاقـات عبـر الانترنـت يجعـل قضية الخيانة الزوجية اكثر تعقيدا فعلي الرغم من غياب الاتصال الجسدي في العلاقات عبر الانترنت الا انه يزداد شيوعه.

فقد انغمـاس شـخص فـي علاقـة عاطفيـة واقعيـة فانـه لا يشـعر بنفس هذا القدر من الانشغال والاندماج الذهني مع الطرف الاخر بل قد توقف الانشغال به ولا يتجدد الا عند كل تواصل سواء بلقاء

مباشر وتواصل هاتفي وكان الطرف الاخر يلازمة بكل لحظاته يسكن ذهنه فهو اما بحالة تواصل معه سواء عن كريق الرسائل او الدردشة اللحظية او ينتظر منه رسالة او مكالمة هاتفية بجانب اجتراء العقل كل من كان من حديث او مواقف تجعل من الطرف الاخر رفيق روحي أو حتي رفيق جنسي معه لكل مكان، المنزل، العمل، بين الأصدقاء، وبالتالي عندما انطلق علي الانغماس بعلاقة عاطفية عبر الانترنت مفهوم خيانة نكون لا نبالغ حتي لو كانت خيانة الكترونية.

ونتفق مع الاتجاه الذي يعتبر الخيانة الالكترونية خيانة زوجية بل اشد خطرا منه حيث اصبح الزوج يخون زوجتة وهو جالس بجوارها لا يحتاج الذهاب الي اي مكان وبدون أي تكاليف يستطيع أن يقدم هدايا من خلال صور الانترنت وستطيع خيانه شريكة وهو نائم بجوارة وفي اي وقت ومع اي فتاة سواء كانت داخل البلد أو خارجها، سواء كانت مع فتاهة واحده أو عده فتيات كما ان لها تاثيرا قويا علي شريكة عند معرفتة وتؤدي إلى الخلافات والانفصال العاطفي وفي بعض الحالات تؤدي إلى الطلاق.

<u>الاتجاهات نحو الخيانة الالكترونية العاطفية والجنسية:</u>

اختلف الباحثون وكذلك الشركاء في تحديد تأثير الخيانة الالكترونية العاطفية والخيانة الالكترونية الجنسية علي الشريك للك سنعرض وجهات نظر الباحثين والشركاء المختلفة للوقوف علي أوجه التشاب والاختلاف بين الخيانة الالكترونية والعاطفية والخيانة الالكترونية الجنسية كما يلي:

فقد أشار بحث كل من نانيني ومايرز (٢٠٠٠) الي ان الزوجات شعرن بالغيره اكثر من الرجال عند تعرضهن لكل من الخيانة الالكترونية الجنسية والعاطفية كما شعرت الزوجات بالمسولية عن تورط ازواجهم ف الخيانة الالكتونية اكثر من الجال.

وأشار ويتي (٢٠٠٣) أن الخيانة الالكترونية الجنسية التي يدخل فيها شخص اخر تهدد الشريكين اكثر من الافعال الجنسية التي لا يدخل فيها اخرون بشكل مباشر (مثل مشاهده الافلام الاباحية) وان السيدات هن اكثر احتمالية من الرجال في اداركهم للخيانة الجنسية بوصفها انتهاكا للاخلاص في العلاقة مقابل الخيانة الالكترونية العاطفية كما اشار ويتي انه علي الرغم من أن المرأة

ركزت اكثر علي الخيانة الالكترونية العاطفية والثقة التي تم كسبها اكثر من الرجال وتأكيدهن علي الوقت والابتعاد عن العلاقة التي تسببت بالخيانة الالكترونية الان ان المشاركين من الذكور والاناث مالو الي المساواة بين الخيانة الالكترونية الجنسية والخيانة الاكترونية العاطفية فيما يتعلق بشدة في ردود الافعال تجاة انخراط الشريك في الخيانة الالكترونية الجنسية مقابل الخيانة الالكترونية العاطفية.

بينما أشارات نتائج بحث كل من هيلاين ولاماك وهوارد (٢٠٠٧) أن الغالبية العظمي من المشاركين قد وصفوا الخيانة الالكترونية العاطفية بأنها أكثر إثارة للاستياء والالم من الخيانة الالكترونية الجنسية وقد يكون ادارك الافرد للخيانة الالكترونية العاطفية بوصفها اكثر تهديدا لأن الخيانة الالكترونية الجنسية لم تؤدي الي التورط في علاقة مستمرة مع الشخ الأخر عبر الانترنت بينما تؤدي الخيانة الالكترونية العاطفية الي التعلق العاطفي مع شريك محدد علي الانترنت كما يري بعض الافراد أنماطاً معينة من الخيانة الالكترونية بوسفها أكثر حميمية بناء علي تشابهها مع سلوكيات الخيانة الزوجية.

وكما اوضح كل من دوكان مورجان ودوكان (٢٠٠٧)أن السيدات كن أكثر ميلاً لادراك الخيانة الاكترونية الجنسية بوصفها خيانة أكثر من الرجال مقال الخيانة الالكترونية العاطفية كما ادركت السيدات أيضاً مدي أوسع من السلوكيات عبر الانترنت بوصفها خرق الثقة الموجوده بين الشريكين واوضح بحث كل من ويتي وكويغلي (٢٠٠٨) الفرق بين تصور الرجل والمرأة الخيانة الالكترونية العاطفية والجنسية حيث أن السيدات وصفن الخيانة الالكترونية العاطفية بأنها اكثر اثارة للاستياء بينما وصف الرجال الخيانة الالكترونية الجنسية بأنها أكثر اثارة للاستياء .

كما أشار بحث كل من فيسوكي (٢٠١١) ان النشا الذين تتراوح أعمارهن بين ٣٠ – ٣٩ و ٤٠ و ٤٩ اكثر عرضة من الذكور للانخراط في الخيانة الالكترونية الجنسية بشكل ملحوظ وقدد اشارات نتائج بحث كل من ديكستا وباردسوجر وجروسوف مثل التقبيل وممارسة الجنس مع شخص اخر اثارت الغيرة عند شركائهم

الفعليين بشكل اكبر وتليها الخيانة الالكترونية العاطفية مثل: التواصل العاطفي لأزواجهم عن طريق الانترنت، ارسال الرسائل العاطفية ، الاحاديث العاطفية مع شخص اخر عبر الانترنت بينما أثارت الخيانة الالكترونية العاطفية الغيره لدي الشركاء الفعليين بشكل مكثف أكثر من مشاهده ازواجهن للمواقع الاباحية.

كما تشير بعج البحوث والدراسات السابقةإلى أن الذكور أكثر عرضة للانخراط في الخيانة الالكترونية الجنسية بينما الاناث هم أكثر عرضة للانخراط في الخيانة الالكترونية العاطفية وأن الاناث كن أكثر ضيقاً من الخيانة الالكترونية العاطفية من الخيانة الالكترونية الجنسية بينما لم يوجد فروق بين الذكور بشكل دال كما أن الذكور الذين شاركوا في الخيانة الالكترونية العاطفية لديهم مستويات أقل من النرجسية ولكن الإناث اللائي شاركن في الخيانة الالكترونية العاطفية لديهن مستويات اعلي بكثير من النرجسية.

<u>خطوات تحجيم أثر الخيانة الإلكترونية:</u>

وبعد اكتشاف الخيانة الالكترونية فإنه لابد من اعاده بناء الثقة بين الزوجين بعد إقامة احدهما علاقة سواء كانت في الواقع أو علي الانترنت سواء كانت عاطفية أم جنسية لذلك سنقوم باستعراض بعض النصائح لتحجيم أثر الخيانة الالكترونية.

١- طلب العون من الآخرين وطلب العون من الله ووضع خطه لرفع ايمانياتك وتدعيم علاقاتك الاجتماعية وانشطتك العامة في ارض الواقع والمشاركة في النفع العام واعادة رسم خريط العلاقة بينكما والدعاء للزوج بالهداية عدم اللجوء للعنف، مشاركة الزوج في اهتمامته.

٢- التعايش الجميل القائم علي المودة والرحمه والاشباع العاطفي او الجنسي بين الزوجين.

٣- تجنب السبل المؤدية للخلاف والتخلي عن اهدار الوقت والطاقه فيما لا طائل منه ولا يحمد عقباه.

٤- الامتناع عن الجلوس علي الانترنت الا لضرورة معلوماتية أو تواصلي وتركة بعد انتفاء الغرض المباشر.

لابـد أن تقـوي ايراداتـك الفطريـة وتـدعمها بالامتنـاع عـن رؤيـة المواقع الإباحية أو الدخول لغرف الدردشة.

٥- العمل علي تفعيل التفاعل الاجتماعي بالاشتراك في ناد ما أو ممارسة أي نشاط تطوعي.
٦- استثمار وقت الفراغ فيما هو نافع لو كانت لك ايه موهبة تدعمها وتنمو فيها عن هذه السقطات المدمرة.
٧- تقسيم الممارسات الحالية لاستخدام الانترنت.
٨- إجراء تغيرات قابلة للقياس في سلوك الانترنت برضا الطرف الاخر والاقتناع الكامل منه والا استعاد الكرة مرة أخري.
٩- تخديد مسببات الوصول لتلك الحالة بكل مداقية بين الطرفين.
١٠- تقبل كل طرف جانباً من المسؤلية عن ذلك السلوك وخلق تغير ايجابي في نمط الحياة ومعالجة القضايا الأساسية التي قد تؤدي إلى التباعد العاطفي بين الطرفين أو الشعور بالتوتر او الوحدة ومن ثم الهروب مرة أخري لفضاء الانترنت.
١١- العمل الجاد علي وجود مساحة من الصداقة بين الزوجين، صداقة تقوم علي الكشف الصريح والبحث عن الذات وبدون خجل أو خوف من ضمان الأمان، الثقة، الاحتواء من الطرف الاخر مما يؤدي الي تولد الألفة والحميمية كتلك المتواجدة بعلاقات الفضاء الالكتروني.

قائمة المراجع

١- مبارك بشري: وعزيز ، حاتم (٢٠١٥) . المنظور (النفسي – الاجتماعي للخيانة الزوجية) (دراسة تحليلية) . جامعة ديالي / كلية التربية الاساسية مجلة الاستاذ . العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الثالث ، ٦٥٧ – ٦٧٨ .

٢- غوالم أمنية (٢٠١٤) الخيانة الزوجية . مجلة البحوث والدراسات الشرعية ، (٢١) ، ٢٦٥ - ٢٩٦.

3- Speakman – Spickard , S , R . (2002) online infidelity : sex differences in perceptions and usage . proquest , UMI disserations.

٤-عبد الله ، احمد ، وخليفة ، ايهاب ، وطلعت ، سحر ، وابو خليل ، عمرو ، واحمد ليلي (٢٠٠٤) الانترنت والزواج ، بيروت : الدار العربية للعلوم.

5-Young , K.s. (2008) intrnet sex addiction risk factors stages of development and treatment American Behavioral scientist , 52 (1) , 21 – 37 .

6-johnson , s. (2009). Perceptions of online infidelity the Chicago school of professional psychology . prooquest , UMI dissertations publishing .

7-Dominello , N.H (20130 the lived experience of being betrayed by a romantic partners online infidelity : A phenomenological inverstigation (Doctoral dissertation capella university) . proquest , UMI Dissertation publishing.

٨-أمين، هناء (٢٠١٤) دور المرشد الأسري في التعامل مع حالات الخيانة الزوجية: دراسة وصفيه مطبقة علي مراكز الارشاد الاسري بالرياض مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية ٢ (٣٧) ، ٣٧٥ – ٤٦٦

مراجع الكتاب

١. عيد عبد الجلال وأخران،ادمان الانترنت-المفهوم-النظرية – المنهج ، القاهرة: مركز الكتاب الحديث،٢٠١٤ .
٢. عزة عزت رسلان، الخيانة الالكترونية،القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية،٢٠١٩.
٣. محمد محمد،ادمانالانترنت في عصر العولمة،عمان:دار صفاء للنشر والتوزيع،٢٠١٩ .
٤. حسام الدين، عزب محمود، "ادمان الانترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية " ،المؤتمر العلمي السنوي(الطفل والبيئة)٢٤-٢٥ من مارس ٢٠١٨م،جامعة عين شمس .
٥. ٤-هبة ربيع،ادمان شبكة المعلومات والاتصالات الدولية في ضوء بعض المتغيرات، دراسات نفسية،٢٠١٥ .
٦. عبد الحميد بسيوني، الحماية من أخطار الانترنت، القاهرة:دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع،٢٠١٣ .
٧. عبد الرحمن بن حسن، سلامة البيت من خطر الانترنت ،الرياض : دار الحضارة للنشر والتوزيع،٢٠١٩ .